

भारतकी खुराककी समस्या

गांधीजी
संपादक
भार० कै० प्रभु



नवजीवन प्रकाशन मंदिर
अहमदाबाद-१४

मुद्रक और प्रकाशक
जीवणजी डाह्याभाजी देसाजी
नवजीवन मुद्रणालय, अहमदाबाद-१४

© नवजीवन ट्रस्ट, १९६०

पहली आवृत्ति १००००

५० नये पैसे

जुलाजी, १९६०

अनुक्रमणिका

१. भारत कहां बसता है?	३
२. भारतमें खुराककी कमी क्यों है?	५
३. खुराककी कमीकी समस्या	७
४. कण्ट्रोल बुराजी पैदा करता है	११
५. कण्ट्रोल हटानेका मतलब	१४
६. तंगीके जमानेमें	१६
७. खेतीमें सहकारी प्रयत्न	२१
८. सामूहिक पशु-पालन	२४
९. पशुओंकी सगर-संभाल	२७
१०. खेतोंकी बेकार चीजोंका अपुयोग	३०
११. खादके रूपमें मैला	३१
१२. मिश्र खाद बनानेका तरीका	३६
१३. गांवका आहार	४८
१४. सोयाबीनकी खेती	५२
१५. मूंगफलीकी खलीके लाभ	५४
१६. आहारमें अहिंसा	५६
१७. राष्ट्रीय भोजनकी आवश्यकता	५८
१८. खेती-सुधारकी अपुयोगी सूचनायें	५९

भारत कहां बसता है ?

मेरा विश्वास है और मैंने जिस बातको असंख्य बार दुहराया है कि भारत अपने चन्द शहरोंमें नहीं बल्कि अपने सात लाख गावोंमें बसा हुआ है। लेकिन हम शहरवासियोंका तयाल है कि भारत शहरोंमें ही है और गावोंका निर्माण शहरोंकी जरूरतें पूरी करनेके लिये ही हुआ है। हमने कभी यह सोचनेकी तकलीफ ही नहीं भुठाओ कि भुन गरीबोंको पेट भरने जितना अन्न और शरीर ढकने जितना कपड़ा भी मिलता है या नहीं और धूप तथा बरसि बचनेके लिये भुनके मिर पर छप्पर है या नहीं।

हरिजन, ४-४-'३६; पृ० ६३

भारत और मानवताके प्रेमीको जो अकेला प्रश्न अपने आपसे पूछना चाहिये वह है : भारतकी कंगाली और दुःख-दर्दको कम करनेके लिये व्यावहारिक अपाओंकी योजना कैसे की जानी चाहिये ? सिंचाईकी या खेती-सम्बन्धी अन्य किसी सुधारकी कोओ भी योजना, जिसकी मानवकी आविष्कारक बुद्धि कल्पना कर सकती है, विशाल क्षेत्रमें फैली हुअी भारतकी आबादीकी स्थितिको सुधार नहीं सकती अथवा निरन्तर बेकार रहनेवाले विशाल मानव-समूहके लिये काम नहीं दे सकती।

जैसे देशकी कल्पना कीजिये जहां लोग प्रतिदिन औसतन पांच ही घंटे काम करते हो और वह भी स्वेच्छासे नहीं बल्कि परिस्थितियोंकी लाचारीके कारण; बस, आपको भारतकी सही तसवीर मिल जायगी।

यदि पाठक जिस तसवीरको कल्पनामें देखना चाहता हो, तो भुसे अपने मनसे शहरी जीवनमें पायी जानेवाली व्यस्त दौड़ादौड़को,

या कारखानेके मजदूरोंकी शरीरको चूर कर देनेवाली थकावटको या चाम-वागानोंमें दिखायी पड़नेवाली गुलामीको दूर कर देना चाहिये। ये तो भारतके मानव-समुद्रकी कुछ बूंदें ही हैं। अगर उसे कंकाल-मात्र रह गये भूखे भारतीयोंकी तसवीर देखना हो, तो उसे उस अस्सी प्रतिशत आबादीकी बात सोचना चाहिये जो अपने खेतोंमें काम करती है, जिसके पास सालमें करीब चार महीने तक कोयी बंधा नहीं होता और जो लगभग भुखमरीकी जिन्दगी बिताती है। यह उसकी सामान्य स्थिति है। इस विवश बेकारीमें बार-बार पड़नेवाले अकाल काफी बड़ी वृद्धि करते हैं।

यंग इंडिया, ३-११-'२१; पृ० ३५०

हमें आदर्श ग्रामवासी बनना है; जैसे ग्रामवासी नहीं जिन्हें सफाईकी या तो कोयी समझ ही नहीं है या है तो बहुत विचित्र प्रकारकी, और जो इस बातका कोयी विचार ही नहीं करते कि वे क्या खाते हैं और कैसे खाते हैं। उनमें से ज्यादातर लोग किसी भी तरह अपना खाना पका लेते हैं, किसी भी तरह खा लेते हैं और किसी भी तरह रह लेते हैं। वैसा हमें नहीं करना है। हमें चाहिये कि हम उन्हें आदर्श आहार बतलायें। आहारके चुनावमें हमें अपनी रुचियों और अरुचियोंका विचार नहीं करना चाहिये, बल्कि उन रुचियों और अरुचियोंकी जड़ तक पहुंचना चाहिये।

हरिजन, १-३-'३५; पृ० २१

ग्राम-स्वराज्यकी मेरी कल्पना यह है कि वह एक ऐसा पूर्ण प्रजातंत्र होगा, जो अपनी अहम जरूरतोंके लिये अपने पड़ोसियों पर भी निर्भर नहीं करेगा; और फिर भी बहुतेरी दूसरी जरूरतोंके लिये — जिनमें दूसरोंका सहयोग अनिवार्य होगा — वह परस्पर सहयोगमे काम लेगा। इस तरह हरएक गांवका पहला काम यह होगा कि वह अपनी जरूरतका तमाम अनाज और कपड़ेके लिये पूरी कपास मुद पैदा

कर ले। उसके पास जिनकी फाजिल जमीन हीनी चाहिये, जिसमें ढोर चर सकें और गावके बंदे व बच्चोंके लिये मनबहुलावके साधन और तेलबूंदके मैदान बगैराबा बन्दोबस्त हो सके। जिसके बाद भी जमीन बचे, वो भूतमें वह जमीन उपयोगी फसल बोधेगा, जिन्हें बेचकर वह अधिक लाभ भूठा सके; वो वह गाजा, तम्बाकू, अफीम बगैराकी सेतीसे बधेगा। हरजेक गावमें गावकी अपनी भेक नाटक-घान्ना, पाटघाला और सना-भवन रहेगा। पानीके लिये भूतका अपना अन्तजाम होगा — बाटरवकां होने — जिससे गांवके सभी लोगोंको शुद्ध पानी मिला करेगा। कुओं और तालाबों पर गांवका भूत नियंत्रण रखकर यह काम किया जा सकता है। बुनियादी तालीमके आखिरी दर्जे तक निश्चय सबके लिये लाजिमी होगी। जहां तक हो सकेगा, गावके सभी काम सहयोगके आधार पर किये जायेंगे।

हरिजनसेवक, २-८-४२; पृ० २४३.

२

भारतमें खुराककी कमी क्यों है ?

प्र० — आजकल हिन्दुस्तान अपनी आबादीके लिये काफी खुराक पैदा नहीं कर सकता। बाहरसे खुराक खरीदनेके लिये हिन्दुस्तानको दूसरा माल बेचना होगा, ताकि वह उसकी कीमत चुका सके। जिसलिये हिन्दुस्तानको यह माल ऐसी कीमत पर तैयार करना होगा, जो दूसरे देशोंकी कीमतोंके मुकाबलेमें ठहर सके। मेरी रायमें आजकलकी मशीनोंके बगैर यह नहीं हो सकता। और जब तक शारीरिक मेहनतकी जगह मशीन न ले ले, तब तक यह सब कैसे किया जा सकता है ?

अ० — पहलें बान्धमें जो बात कही गयी है वह बिल्कुल गलत है। बहुतसे लोगोंने जिससे बलुटी राय जाहिर की है, फिर भी मैं तो मानता हूँ कि हिन्दुस्तान जिस समय काफी अनाज पैदा कर सकता है।

मन 'नाम दे दिया गया है' का अुपयोग अिमतल्ले किया है कि ज्यों ही ये राष्ट्र यह पढ़ान लेंगे कि अिग समय भी वे अुन राष्ट्रोंसे ज्यादा ताकतवर हैं, जिनके पास नयेसे नये हथियार और मशीनें हैं, त्यों ही वे अिग बातसे अिनकार कर देंगे कि वे कमजोर हैं। तब किसीकी यह हिम्मत भी नहीं होगी कि अुन्हें कमजोर कह सकें।

हरिजनसेवक, १८-८-'४६; पृ० २६९

विदेशोंकी मदद पर निर्भर करनेसे हम और भी ज्यादा पराधीन बन जायेंगे। आशा न रखते हुअे भी बाहरसे जो अनाज आ पहुंचेगा अुसे हम फेंक नहीं देंगे, बल्कि अुसे ले लेंगे और अुसके लिये भेजनेवालोंके अहसानमन्द रहेंगे। अिस तरह बाहरसे अनाज मंगाना सरकारका परम धर्म है। लेकिन सरकारकी ओर टक-टकी लगाकर बैठनेमें या दूसरे आधार रखनेमें मैं कोअी श्रेय नहीं देखता। यही नहीं, बल्कि

रखी हुअी आशाके सफल न होने पर लोगोंमें जो निराशा पैदा होगी, वह जिस संकटके समयमें अूनके विश्वासको तोड़ देगी। लेकिन अगर जनता जिस कठिन समयमें अेकमत हो जाय, दूढ़ बन जाय, केवल अीश्वर पर ही भरोसा रखनेवाली बन जाय और सरकारका जो भी काम अुने कल्याणकारी मालूम हो अुसका विरोध न करे, तो जनताके लिये निराशाका कोअी कारण न रह जाय, वह आगे बढ़े और जिस अग्नि-परीशामें से अुजली होकर निकले। और दूसरे देशोंसे, जहाँ-जहाँ अनाज बच सकता है, वचा हुआ अनाज अपने-आप यहाँ आ सकता है। अंग्रेजीमें अेक बढ़िया कहावत है कि जो अपनी मदद खुद करते हैं यानी स्वावलम्बी बनते हैं अूनकी मदद तो स्वयं अीश्वर भी करता है; तब औरोंका तो पूछना ही क्या ?

हरिजनसेवक, २४-२-४६; पृ० २२

३

खुराककी कमीकी समस्या

[देशमें फैली हुअी खुराककी कमीकी गंभीर परिस्थितिमें डॉ० राजेन्द्रप्रसादको अपनी सलाहका लाभ देनेके लिये अूनके निमंत्रण पर भारतके बहुतसे नेता दिल्लीमें अवतुबर, १९४७ में जिकटूठे हुअे थे। अूम समयकी परिस्थितिका जिक करते हुअे गांधीजीने अपने प्रार्थना-प्रवचनमें नीचेके विचार प्रकट किये थे :]

बुदरती या जिन्सानके पैदा किये हुअे अकालमें हिन्दुस्तानके बराङ्गे नहीं, तो लाखों आदमी भूखसे मरे हैं। जिसलिये यह हालत हिन्दु-स्तानके लिये मयी नहीं है। मेरी रायमें अेक व्यवस्थित समाजमें अनाज और पानीकी कमीके सवालको कामयाबीसे हल करनेके लिये पहलेसे सोचे हुअे अुपाय हमेशा तैयार रहने चाहिये। व्यवस्थित समाज कैसा हो और अुसे जिस सवालको कैसे सुलझाना चाहिये, जिन बातों पर-

बिस्सके साथ ही यह असम्भव नहीं है कि अनाजकी फेर-बदलीके समय अूसमें कितनी मिलावट कर दी जाय कि वह खाने लायक ही न रह जाय। हम बिस्स बातसे आखें नहीं भूंद सकते कि हमें मनुष्यके भले-बुरे सब तरहके स्वभावसे निपटना है। दुनियाके किसी हिस्सेमें ऐसा मनुष्य नहीं मिलेगा, जिसमें कुछ-न-कुछ कमजोरी न हो।

बिदेशी मददका मतलब

दूसरे, हम यह भी देखें कि दूसरे देशोंसे कितनी मदद मिल सकती है। मुझे मालूम हुआ है कि हमारी आजकी जरूरतोंके तीन फीसदीसे ज्यादा हम नहीं पा सकते। अगर यह बात सही है, और मैंने कभी विशेषज्ञोंसे जिसकी जांच कराबी है और अन्होंने जिसे सही माना है, तो मेरा यह विश्वास है कि बाहरी मदद पर भरोसा करना बेकार है। यह जरूरी है कि हमारे देशमें खेतीके लायक जो जमीन है, अूसके अेक-अेक बिच हिस्सेमें हम ज्यादा पैसे दिलानेवाली फसलोंके बजाय रोजमर्रा के काममें आनेवाला अनाज पैदा करें। अगर हम बाहरी मदद पर जरा भी निर्भर रहे, तो हो सकता है कि अपने देशके भीतर ही अपनी जरूरतका अनाज पैदा करनेकी जो जबरदस्त कोशिश हमें करनी चाहिये अूससे हम बहक जायें। जो पड़ती जमीन खेतीके काममें लाबी जा सकती है, अूसे हम जरूर बिस्स काममें ले।

मुझे भय है कि खाने-पीनेकी चीजोंको अेक जगह जमा करके वहासे सारे देशमें अुन्हे पहुंचानेका तरीका नुकसानदेह है। विकेन्द्रीकरणके जरिये हम आसानीसे काले बाजारका खात्मा कर सकते हैं और चीजोंको यहासे वहा लाने-ले जानेमें लगनेवाले समय और पैसेकी बचत कर सकते हैं। हिन्दुस्तानके अनाज पैदा करनेवाले देहाती अपनी फसलको चूहां बर्गरासे बचानेकी तरकीबें जानते हैं। अनाजको अेक स्टेशनसे दूसरे स्टेशन तक लाने-ले जानेमें चूहां बर्गराको अूसे खानेका काफी मौका मिलता है। जिससे देशके करोड़ों रुपयोंका नुकसान होता है और जब हम अेक-अेक छटाक अनाजके लिये तरसते हैं, तब देशका

विचार करनेका यह समय नहीं है। इस समय तो हमें सिर्फ यही विचार करना है कि अनाजकी मौजूदा भयंकर तंगीको हम किस तरह कामयाबीके साथ दूर कर सकते हैं।

मेरा खयाल है कि हम लोग यह काम कर सकते हैं। पहला सबक जो हमें सीखना है वह है स्वावलम्बन और अपने-आप पर भरोसा रखनेका। अगर हम यह सबक पूरी तरह सीख लें, तो विदेशों पर निर्भर रहने और इस तरह अपना दिवालियापन जाहिर करनेसे हम बच सकते हैं। यह बात घमण्डसे नहीं, बल्कि सचाजीको ध्यानमें रखकर कही गयी है। हमारा देश छोटा नहीं है, जो अपने अनाजके लिये बाहरी मदद पर निर्भर रहे। यह तो एक छोटा-मोटा महाद्वीप है, जिसकी आबादी चालीस करोड़के लगभग है। हमारे देशमें बड़ी-बड़ी नदियां, कहीं तरहकी उपजाऊ जमीन और अखूत पशुधन है। हमारे पशु अगर हमारी जरूरतसे बहुत कम दूध देते हैं, तो इसमें पूरी तरह हमारा ही दोष है। हमारे पशु इस योग्य हैं कि वे कभी भी हमें अपनी जरूरतके जितना दूध दे सकते हैं। पिछली कुछ सदियोंमें अगर हमारे देशकी अपेक्षा न की गयी होती, तो आज उसका अनाज सिर्फ उसीको काफी नहीं होता, बल्कि पिछले महायुद्धकी वजहसे अनाजकी तंगी भोगनेवाली दुनियाको भी उसकी जरूरतका बहुत-कुछ अनाज हिन्दुस्तानसे मिल जाता। आज दुनियाके जिन देशोंमें अनाजकी तंगी है, उनमें हिन्दुस्तान भी शामिल है। आज तो यह मुसीबत घटनेके बजाय बढ़ती हुयी जान पड़ती है। मेरा यह सुझाव नहीं है कि जो दूसरे देश राजी-खुशीसे हमें अपना अनाज देना चाहते हैं, उनका अहसान न मानते हुये हम उसे लौटा दें। मैं सिर्फ अतना ही कहना चाहता हूं कि हम भीख न मांगते फिरे। उससे हम नीचे गिरते हैं। इसमें देशके भीतर एक जगहसे दूसरी जगह अनाज भेजनेकी कठिनाइयां और शामिल कर दीजिये। हमारे यहां अनाज और दूसरी खाने-पीनेकी चीजोंको एक जगहसे दूसरी जगह शीघ्रतासे भेजनेकी सहूलियतें नहीं हैं।

बिस्के साथ ही यह असंभव नहीं है कि अनाज की फ़ैर-बदली के समय ब्रुस में अतिती मिलावट कर दी जाय कि वह खाने लायक ही न रह जाय। हम बिस् बात से आखें नहीं मूंद सकते कि हमें मनुष्य के भले-बुरे सब तरह के स्वभाव से निपटना है। दुनिया के किसी हिस्से में ऐसा मनुष्य नहीं मिलेगा, जिसमें कुछ-न-कुछ कमजोरी न हो।

विदेशी मदद का महत्त्व

दूसरे, हम यह भी देखें कि दूसरे देशों से कितनी मदद मिल सकती है। मुझे मालूम हुआ है कि हमारी आज की जरूरतों के तीन फीसदी से ज्यादा हम नहीं पा सकते। अगर यह बात सही है, और मैंने कभी विशेषज्ञों से बिस्की जांच करायी है और उन्होंने बिस् सही माना है, तो मेरा यह विश्वास है कि बाहरी मदद पर भरोसा करना बेकार है। यह जरूरी है कि हमारे देश में खेती के लायक जो जमीन है, ब्रुस के अक-अक बिस् हिस्से में हम ज्यादा पैसे दिलाने वाली फसलों के बजाय रोजमर्रा के काम में आनेवाला अनाज पैदा करें। अगर हम बाहरी मदद पर जरा भी निर्भर रहे, तो हो सकता है कि अपने देश के भीतर ही अपनी जरूरत का अनाज पैदा करने की जो जबरदस्त कोशिश हमें करनी चाहिये ब्रुस से हम बहक जाय। जो पड़ती जमीन खेती के काम में लायी जा सकती है, ब्रुस हम जरूर बिस् काम में लें।

मुझे भय है कि खाने-पीने की चीजों को अक जगह जमा करके वहाँ से सारे देश में भुँहें पहुँचाने का तरीका नुकसानदेह है। विकेन्द्रीकरण के जरिये हम आसानी से काले बाजार का आत्मा कर सकते हैं और चीजों को वहाँ से वहाँ खाने-ले जाने में लगनेवाले समय और पैसे की बचत कर सकते हैं। हिन्दुस्तान के अनाज पैदा करनेवाले देहाती अपनी फसल को चूँहीं बगीरा से बचाने की तरकीबें जानते हैं। अनाज को अक स्टेशन से दूसरे स्टेशन तक खाने-ले जाने में चूँहीं बगीरा को ब्रुस खाने का काफी मोका मिलता है। बिस् देश के करोड़ों ब्रुसों का नुकसान होता है और जब हम अक-अक छटाक अनाज के लिबे तरसते हैं, तब देश का

हजारों मन अनाज इस तरह बरबाद हो जाता है। अगर हरएक हिन्दुस्तानी जहां संभव हो वहां अनाज पैदा करनेकी जरूरतको महसूस करे, तो शायद हम भूल जायं कि देशमें कभी अनाजकी तंगी थी। ज्यादा अनाज पैदा करनेका विषय ऐसा है, जिसमें सबके लिये आकर्षण है। इस विषय पर मैं पूरे विस्तारके साथ तो नहीं बोल सका, मगर मुझे अुम्मीद है कि मेरे अितना कहनेसे आप लोगोंके मनमें इसके बारेमें रुचि पैदा हुई होगी और समझदार लोगोंका ध्यान इस बातकी तरफ मुड़ा होगा कि हरएक व्यक्ति इस तारीफके लायक काममें कैसे मदद कर सकता है।

कमीका सामना किस तरह किया जाय ?

अब मैं आपको यह बता दूँ कि बाहरसे हमको मिलनेवाले तीन फीसदी अनाजको लेनेसे अिनकार करनेके बाद हम किस तरह इस कमीको पूरा कर सकते हैं। हिन्दू लोग महीनेमें दो बार अेकादशी-व्रत रखते हैं। इस दिन वे आधा या पूरा अुपवास करते हैं। मुसलमान और दूसरे फिरकोंके लोगोंको भी अुपवासकी मनाही नहीं है — खास करके जब करोड़ों भूखों मरते लोगोंके लिये अेक-आध दिनका अुपवास करना पड़े। अगर सारा देश इस तरहके अुपवासके महत्त्वको समझ ले, तो हमारे विदेशी अनाज लेनेसे अिनकार करनेके कारण जो कमी होगी, उससे भी ज्यादा कमीको वह पूरी कर सकता है।

मेरी अपनी रायमें तो अगर अनाजके रेशनिंगका कोई अुपयोग है भी तो वह बहुत कम है। अगर अनाज पैदा करनेवालोंको अनुर्जी मर्जी पर छोड़ दिया जाय, तो वे अपना अनाज बाजारमें लायेंगे; और हरएकको अच्छा और खाने लायक अनाज मिलेगा, जो आज आसानीसे नहीं मिलता।

प्रेसिडेन्ट ट्रुमेनकी सलाह

अनाजकी तंगीके बारेमें अपनी बात गतम करनेसे पहले मैं आप लोगोंका ध्यान प्रेसिडेन्ट ट्रुमेनकी अमेरिकन जनताको दी गयी

धूम सलाहुरी तरफ दिसाबूगा, जिसमें जुन्होंने कहा है कि अमेरिकन लोगोंको कम रींटी साकर यूरोपके भूखों मरते लोगोंके लिजे अनाज बचाना चाहिये। जुन्होंने आगे कहा है कि अगर अमेरिकाके लोग खुद होकर ज़िम तरहका अुपवास करेगे, तो जुनकी तन्दुरुस्तीमें कोभी कमी नहीं आवेगी। प्रेंसिडेन्ट ट्रूमेनको जुनके ज़िम परोपकारी हल पर मैं बधाजी देता हूँ। मैं जिस मुझाबको माननेके लिजे तैयार नहीं हूँ कि जिस परोपकारके पीछे अमेरिकाका आर्थिक लाभ मुठानेका गन्दा खिरादा छिपा हुआ है। किसी मनुष्यका न्याय जुसके कामों परसे होना चाहिये, जुनके पीछे रहनेवाले खिरादेसे नहीं। अेक भगवानके सिवा और कोभी नहीं जानता कि मनुष्यके दिलमें क्या है। अगर अमेरिका भूखे यूरोपको अनाज देनेके लिजे अुपवास करेगा या कम खायगा, तो क्या हम अपने खुदके लिजे यह काम नहीं कर सकेगे? अगर बहुतसे लोगोंका भूखसे मरना निश्चित है, तो हमें स्वावलम्बनके तरीकेसे जुनको बचानेकी पूरी-पूरी कोशिश करनेका यश तो कमसे कम ले ही लेना चाहिये। जिससे हमारा राष्ट्र अूँचा अुठता है।

हरिजनसेवक, १९-१०-४७; पृ० ३१६-१७

४

कण्ट्रोल बुराभी पैदा करता है

कण्ट्रोलमे धोखेबाजी बढ़ती है, सत्यका गला घोंटा जाता है, कालाबाजार खूब बढ़ता है और चीजाँकी बनावटी कमी बनी रहती है। सबसे बड़ी बात तो यह है कि कण्ट्रोल लोगीको बुजदिल बनाता है, जुनके काम करनेके अुत्साहको खतम कर देता है। जिससे लोग अपनी ज़हरतें खुद पूरी करनेकी गीखकी भूल जाते हैं, जिसे-वे अेक पीढ़ीसे सीखते आ रहे हैं। कण्ट्रोल जुन्हे हमेसा दूसरोका मुह तकना सिखाता है। जिस दुःखभरी बातसे बड़कर अगर कोभी दूसरी बात हो सकती

है, तो वह है बड़े पैमाने पर चलनेवाली आजकी भाजी-भाजीकी हत्या और लाखोंकी आवादीकी पागलपनभरी अदला-बदली। जिस अदला-बदलीसे लोग विना जरूरतके मरते हैं, मुन्हें भूखों मरना पड़ता है, रहनेको ठीक घर नहीं मिलते और खासकर आनेवाले तेज जाड़ेसे बचनेके लिये पहनने-ओढ़नेको ठीक कपड़े मयस्सर नहीं होते। यह दूसरी दुःखभरी बात सचमुच ज्यादा बड़ी दिखायी देती है। लेकिन हम पहली यानी कंट्रोलकी बातको सिर्फ़ इसीलिए नहीं भुला सकते कि वह अितनी बड़ी-चढ़ी नहीं दिखायी देती।

पिछली लड़ाईसे हमें जो बुरी विरासतें मिलीं, खुराकका कंट्रोल अन्हींमें से अेक है। उस समय कंट्रोल शायद जरूरी था, क्योंकि बहुत बड़ी मात्रामें अनाज और दूसरी खानेकी चीजें हिन्दुस्तानसे बाहर भेजी जाती थीं। जिस अस्वाभाविक निर्यातका लाजिमी नतीजा यही होना था कि देशमें अनाजकी तंगी पैदा हो। इसलिये बहुतसी बुराबियोंके रहते हुआ भी रेशनिंग जारी करना पड़ा। लेकिन अब हम चाहें तो अनाजका निर्यात बन्द कर सकते हैं। अगर हम अनाजके मामलेमें हिन्दुस्तानके लिये बाहरी मददकी अुम्मीद न करें, तो हम दुनियाके भूखों मरनेवाले देशोंकी मदद कर सकेंगे।

मैंने अपने दो पीढ़ियोंके लम्बे जीवनमें बहुतसे कुदरती अकाल देखे हैं। लेकिन मुझे याद नहीं आता कि कभी रेशनिंगका खयाल भी किया गया हो।

भगवानकी दया है कि जिस साल बारिश अच्छी हुआ है। जिसलिये देशमें खुराककी सच्ची कमी नहीं है। हिन्दुस्तानके गांवोंमें काफी अनाज, दालें और तिलहन हैं। कीमतों पर जो बनावटी कंट्रोल रखा जाता है, उसे अनाज पैदा करनेवाले किसान नहीं समझते — वे समझ नहीं सकते। जिसलिये वे अपना अनाज, जिसकी कीमत अन्हें खुले बजारमें ज्यादा मिल सकती है, कंट्रोलकी अितनी कम कीमतों पर खुशोसे बेचना पसंद नहीं करते। जिस सचाईको आज

सब कोभी जानते हैं। अनाजकी तगी साबित करनेके लिये न तो लम्बे-चौड़े आंकड़े जिक्रठे करनेकी जरूरत है और न बड़े-बड़े लेख और रिपोर्टें निकालना जरूरी है। हम आशा रखें कि देशकी जरूरतसे ज्यादा बड़ी हुकी आबादीका भूत दिखाकर कोभी हमें डरायेगा नहीं।

हमारे मंत्री जनताके हैं और जनतामें से हैं। अन्हे जिस बातका घमंड नहीं करना चाहिये कि अनाजका ज्ञान अना अनुभवी लोगोंसे ज्यादा है, जो मंत्रियोंकी कुर्सियों पर नहीं बैठे हैं, लेकिन जिनका यह पक्का विश्वास है कि कष्ट्रोल जितनी जल्दी हटे अतना ही देशका फायदा होगा। अक वैद्यने लिखा है कि अनाजके कष्ट्रोलने अना लोगोंके लिये, जो रेशनके खाने पर निर्भर करते हैं, खाने लायक अनाज और दाल पाना असंभव बना दिया है। जिसलिये सड़ा-गला अनाज खानेवाले लोग गैर-जरूरी तौर पर बीमारियोंके शिकार बनते हैं।

आज जिन गोदामोंमें कष्ट्रोलका सड़ा-गला अनाज बेचा जाता है, अन्हीमें सरकार आसानीसे अच्छा अनाज बेच सकती है, जो वह खुले बाजारमें खरीदेगी। असा करनेसे कीमतें अपने-आप ठीक हो जायंगी और जो अनाज, दाले या तिलहन लोगोंके घरोंमें छिपे पड़े हैं वे सब बाहर निकल आयेंगे। क्या सरकार अनाज बेचनेवालों और पैदा करनेवालोंका विश्वास नहीं करेगी? अगर लोगोंको कानून-फायदेकी रस्तीसे बांधकर भीमानदार रहना सिखाया जायगा तो लोकशाही टूट पड़ेगी। लोकशाही सिर्फ विश्वास पर ही कायम रह सकती है। अगर लोग आलसके कारण या अक-दूसरेको धोखा देनेके कारण मरते हैं, तो अनाकी मौतका स्वागत किया जाय। फिर बचे हुये लोग आलस, सुस्ती और निर्दय स्वार्थके पापको नहीं दोहरायेंगे।

कण्ट्रोल हटानेका मतलब

किसी बच्चेको रुखीमें लपेटकर ही रखा जाये, तो या तो वह मर जायगा या बड़ेगा ही नहीं। अगर आप चाहते हैं कि वह तगड़ा आदमी बने, तो आपको उसे सिखाना होगा कि वह सब किस्मके मौसमको बरदाश्त कर सके। इसी तरह सरकार अगर सरकार कहलानेके लायक है, तो उसे लोगोंको सिखाना चाहिये कि कमीका सामना कैसे किया जाय। उसे लोगोंको बुरे मौसमका और जीवनी दूसरी कठिनाइयोंका अपने संयुक्त प्रयत्नसे सामना करना सिखाना चाहिये। बिना अपनी मेहनतके जैसे-तैसे उन्हें जिन्दा रखनेमें मदद नहीं करनी चाहिये।

अस तरह देखा जाय तो अंकुश हटानेका अर्थ यह है कि सरकारके चन्द लोगोंकी जगह करोड़ोंको दूरन्देसी सीखना है। सरकारका जनताके प्रति नयी जिम्मेदारियां भुठानी होंगी, ताकि वह जनताके प्रति अपना फर्ज पूरा कर सके। गाड़ियों बगैराकी व्यवस्था सुधारनी होगी। अपन बड़ानेके तरीके लोगोंको बनाने होंगे। इसके लिये खुराक-विभागको बड़े जमींदारोंके बजाय छोटे-छोटे किसानोंकी तरफ ज्यादा ध्यान देना होगा। सरकारका अर्थ और नौ मारी जनताका भरोसा करना है।

बुठनेसे किसानको जिस हद तक अधिक दाम मिलेगे उस हद तक खुराककी कीमत बढ़ेगी। सरीदारको अिममें शिकायत नहीं होनी चाहिये। सरकारको देखना होगा कि नयी व्यवस्थामें कीमत बढ़नेसे जो नफा होगा, वह सबका सब किसानकी जेबमें जाय। जनताके मामले हर रोज या हर हफ्ते यह चीज स्पष्ट करनी होगी। बड़े-बड़े मिल-मालिकों और बीचके सौदागरोको सरकारके साथ सहकार करना होगा और उसके मातहत काम करना होगा। मैं समझता हूँ कि यह काम आज हो रहा है। अिन खन्द लोगों और मंडलोंमें पूरा मेलजोल और सहकार होना चाहिये। आज तक बुन्होंने गरीबोंको धूसा है और बुनमें आपस-आपसमें भी स्पर्धा चलती आयी है। यह सब दूर करना होगा, साथ करके खुराक और कपड़ेके बारेमें। अिन बीजोंमें नफा कमाना किमीका हेतु नहीं होना चाहिये। अकुश बुठनेसे अगर लोग नफा कमानेमें सफल हो सके, तो अकुश बुठानेका हेतु निष्फल जायेगा। हम आशा रखें कि पूजीपति जिस भीके पर पूरा सहयोग देंगे।

हरिजनसेवक, २१-१२-४७, पृ० ४०६

अकुश हटनेसे बूचे चढ़नेवाले दामोका भूत मुझे तो व्यक्तिगत रूपसे नहीं डराता। अगर हमारे बीच बहुतसे पोखेबाज लोग हैं और हम बुनका मुकाबला करना नहीं जानते, तो हम बुनके द्वारा ला लिये जाने लायक हैं। तब हम मुनीबतोंका बहादुरीसे सामना करना जालेंगे। सच्ची लोकशाही लोग किताबोंसे या सरकारके नामसे पहचाने जानेवाले लेकिन असलमें अपने सेवकोंसे नहीं सीखते। कठिन अनुभव ही लोकशाहीमें सबसे अच्छा शिक्षक होता है।

हरिजनसेवक, १८-१-४८; पृ० ४५६

तंगीके जमानेमें

[पिछली लड़ाईके दौरानमें जब भारतमें खाद्य-पदार्थोंकी तंगी फैली हुयी थी, उस समय गांधीजीने अपने देशवासियोंको निम्न-लिखित सलाह दी थी। देशकी वर्तमान स्थितिको देखते हुअे आज भी उसका महत्त्व है, जिसे अभी भी जरूरतका लाखों टन खाद्यान्न आयात करना पड़ रहा है।]

कहावत है कि जो जितना बचाता है, वह अतना ही कमाता या पैदा करता है। जिसलिअे जिन्हें गरीबों पर दया है, जो उनके साथ अक्य साधना चाहते हैं, उन्हें अपनी आवश्यकतायें कम करनी चाहिये। यह हम कभी तरीकोंसे कर सकते हैं। मैं उनमें से कुछ ही का यहां जिक्र करूंगा।

धनिक वर्गमें प्रमाण या आवश्यकतासे कहीं ज्यादा खाना खाया और जाया किया जाता है। अक समयमें अक ही अनाज अस्तेमाल करना चाहिये। चपाती, दाल-भात, दूध-घी, गुड़ और तेल ये खाद्य-पदार्थ शक-तरकारी और फलके अपरांत आम तौर पर हमारे घरोंमें अस्तेमाल किये जाते हैं। आरोग्यकी दृष्टिसे यह मेल ठीक नहीं है। जिन लोगोंको दूध, पनीर, अंडे या मांसके रूपमें स्नायुवर्धक तत्व मिल जाते हैं, उन्हें दालकी बिल्कुल जरूरत नहीं रहती। गरीब लोगोंको तो निचे बन्सानि द्वारा ही स्नायुवर्धक तत्व मिल सकते हैं। अगर

खाया जाय, तो आधी मात्रासे ही काम चल जाता है। अन्नको कच्चे सलाद, जैसे कि प्याज, गाजर, मूली, लेटिस, हरी पत्तियो और टमाटर-के साथ खाया जाय तो लाभ होता है। कच्ची हरी सब्जियोंके सलादके अंक-दो औंस भी ८ औंस पकाबी हुई सब्जियोंके बराबर होते हैं। चपाती या डबल रोटी दूधके साथ नहीं लेनी चाहिये। घरमें अंक वस्तु चपाती या डबल रोटी और कच्ची सब्जिया और दूसरे वस्तु पकाबी हुई सब्जी दूध या दहीके साथ ले सकते हैं। मिष्टान्नका भोजन बिलकुल बन्द कर देना चाहिये। बिनकी जगह गुड़ या थोड़ी मात्रामें शक्कर अकेले अथवा दूध या डबल रोटीके साथ ले सकते हैं।

ताजे फल खाना अच्छा है, परन्तु शरीरके पोषणके लिये थोड़ा फल-सेवन भी पर्याप्त होता है। यह महंगी वस्तु है और धनिक लोगोंके आवश्यकतासे अत्यन्त अधिक फल-सेवनके कारण गरीबों और बीमारोंको, जिन्हें धनिकोंकी अपेक्षा अधिक फलोंकी जरूरत होती है, फल मिलना दुश्वार हो गया है।

कोमी भी बैच या डॉक्टर, जिसने भोजनके शास्त्रका अध्ययन किया है, प्रमाणके साथ कह सकेगा कि मैंने जो ऊपर बताया है, उससे शरीरको किसी प्रकारका नुकसान नहीं हो सकता। भुलटे, तन्दुरुस्ती अधिक अच्छी हो सकती है।

स्पष्ट ही भोजन-सामग्रीकी किफायतका सिर्फ यही एक तरीका नहीं है। इसके सिवा और भी कभी तरीके हैं। परन्तु केवल किसी एक उपायसे कोमी बड़ा लाभ नहीं हो सकता।

गल्लेके व्यापारियोंको लालच और जितना मुनाफा मिल सके उतना मुनाफा कमानेकी वृत्ति त्यागना चाहिये। उन्हें यथासंभव थोड़ेसे थोड़े मुनाफेमें ही संतुष्ट रहना चाहिये। यदि वे गरीबोंके लिये गल्लेके भंडार न रखेंगे, तो उन्हें लूटपाटका डर रहेगा। उन्हें चाहिये कि वे अपने पड़ोसके आदिमियोंसे मर्क बनाये रखें। कापेसियोंको वे जिन गल्लेके व्यवसायियोंके यहाँ जायें और यह सदेम उन्हें

तंगीके जमानेमें

[पिछली लड़ाईके दौरानमें जब भारतमें खाद्य-पदार्थोंकी तंगी फैली हुअी थी, उस समय गांधीजीने अपने देशवासियोंको निम्न-लिखित सलाह दी थी। देशकी वर्तमान स्थितिको देखते हुअे आज भी उसका महत्त्व है, जिसे अभी भी जरूरतका लाखों टन खाद्यान्न आयात करना पड़ रहा है।]

कहावत है कि जो जितना बचाता है, वह उतना ही कमाता या पैदा करता है। इसलिये जिन्हें गरीबों पर दया है, जो उनके साथ अक्य साधना चाहते हैं, उन्हें अपनी आवश्यकतायें कम करनी चाहिये। यह हम कभी तरीकोंसे कर सकते हैं। मैं उनमें से कुछ ही का यहां जिक्र करूंगा।

धनिक वर्गमें प्रमाण या आवश्यकतासे कहीं ज्यादा खाना खाया और जाया किया जाता है। अक समयमें अक ही अनाज अस्तेमाल करना चाहिये। चपाती, दाल-भात, दूध-धी, गुड़ और तेल ये खाद्य-पदार्थ शाक-तरकारी और फलके अपरांत आम तौर पर हमारे घरोंमें अस्तेमाल किये जाते हैं। आरोग्यकी दृष्टिसे यह मेल ठीक नहीं है। जिन लोगोंको दूध, पनीर, अंडे या मांसके रूपमें स्नायुवर्धक तत्त्व मिल जाते हैं, उन्हें दालकी बिलकुल जरूरत नहीं रहती। गरीब लोगोंको तो सिर्फ वनस्पति द्वारा ही स्नायुवर्धक तत्त्व मिल सकते हैं। अगर धनिक वर्ग दाल और तेल लेना छोड़ दे, तो गरीबोंको जीवन-निर्वाहके लिये ये आवश्यक पदार्थ मिलने लगे। अिन बेचारोंको न तो प्राणियोंके शरीरसे पैदा हुअे स्नायुवर्धक तत्त्व मिलते हैं और न चिकनाडी ही। अन्नको दलियाकी तरह मुलायम बनाकर कभी नहीं खाना चाहिये। अगर उसको किसी रसीली या तरल चीजमें डुबोये बगैर सूखा ही

सामा जाय, तो बाथी मात्रासे ही काम चल जाता है। अन्नको कच्चे सलाद, जैसे कि प्याज, गाजर, मूली, लेटिस, हरी पत्तियों और टमाटर-के साथ खाया जाय तो लाभ होता है। कच्ची हरी सब्जियोंके सलादके बेल-दो औंस भी ८ औंस पकायी हुई सब्जियोंके बराबर होते हैं। चपाती या डबल रोटी दूधके साथ नहीं लेनी चाहिये। शुरूमें अंक वक्त चपाती या डबल रोटी और कच्ची सब्जिया और दूसरे वक्त पकायी हुई सब्जी दूध या दहीके साथ ले सकते हैं। मिष्टान्नका भोजन बिल्कुल बन्द कर देना चाहिये। भिनकी जगह गुड़ या थोड़ी मात्रामें शक्कर अकेले अथवा दूध या डबल रोटीके साथ ले सकते हैं।

ताजे फल खाना अच्छा है, परन्तु शरीरके पोषणके लिये थोड़ा फल-सेवन भी पर्याप्त होता है। यह भ्रंशी वस्तु है और भ्रनिक लोगोंके आवश्यकतासे अत्यन्त अधिक फल-सेवनके कारण गरीबी और बीमारीको, जिन्हें भनिकीकी अपेक्षा अधिक फलोंकी जरूरत होती है, फल मिलना दुस्वार हो गया है।

कौमी भी वैद्य या डॉक्टर, जिसने भोजनके शास्त्रका अध्ययन किया है, प्रमाणके साथ कह सकेगा कि मैंने जो ऊपर बताया है, उससे शरीरको किसी प्रकारका नुकसान नहीं हो सकता। मूलादे, तन्दुरुस्ती अधिक अच्छी हो सकती है।

स्पष्ट ही भोजन-सामग्रीकी किफायतका सिर्फ यही एक तरीका नहीं है। जिसके सिवा और भी कभी तरीके हैं। परन्तु केवल भिमी एक दुपायसे कौमी बड़ा लाभ नहीं हो सकता।

गल्लेके व्यापारियोंको लालच और जितना मुनाफा मिल सके मुनाफा कमानीकी वृत्ति त्यागना चाहिये। मुन्हे यथासंभव थोड़ेसे थोड़े मुनाफेमें ही समुष्ट रहना चाहिये। यदि वे गरीबोंके लिये गल्लेके मदार न रखेंगे, तो मुन्हे लूटपाटका डर रहेगा। मुन्हे चाहिये कि वे अपने पड़ोसके आदिमियोंसे संपर्क बनाये रखें। कांग्रेसियोंको चाहिये कि वे जिन गल्लेके व्यवसायियोंके सहा जायें और यह संदेश मुन्हे सुनायें।

सकते हैं, वही अनाज और दालोंका उपयोग घटा देना चाहिये। अनाज अनाजोंमें किया जा सकता है। अनाजोंमें पाया जानेवाला स्टार्च या निष्ठाया गाजर, चुकन्दर, आलू, अरबी, रतातू, जमीकन्द, बेला वगैरा चीजोंमें नित सर्राहा है। जिसमें ग्याल यह है कि भुन अनाजों और शालोंको, जिन्हें बिकट्टा करके रखा जा सके, मौजूदा खुराकमें शामिल न किया जाय और उन्हें बचाकर रखा जाय। माग-सब्जी भी मोद-मज्जा और स्वादके लिये न खानी चाहिये, खानकर असी हालतमें जब कि छाया आदमियोंको यह बिलकुल ही नमीब नहीं होती और अनाज तथा दालोंकी कमीकी वजहसे भुनके भूखो मरनेका खतरा पैदा हो गया है।

२. हरजेंक आदमी, जिसे पानीकी सहूलियत मिल सकती हो, अपने पित्रे या आम लोगोंके लिये कुछ-न-कुछ खानेकी चीज पैदा करे। जिसका सबसे आसान तरीका यह है कि थोड़ी साफ मिट्टी बिकट्टी कर ली जाय, जहां मुमकिन हो वहां भुसके साथ थोड़ा सजीव खाद मिला लिया जाय—थोड़ा मूत्रा गोबर भी अच्छे खादका काम देता है—और भुस मिट्टीके या टीनके गमलेमें डाल दिया जाय। फिर भुनमें साग-भाजीके कुछ बीज जैसे राधो, सरसों, घनिमा, मेथी, पालक, बसुंधा वगैरा बो दिने जाय और जूहें रोज पानी पिलाया जाय। लोगोंका यह देखकर ताज्जुब होगा कि कितनी जल्दी बीज भुगते हैं और खाने लायक पत्तियां देने लगते हैं, जिनको बिना पकाये कच्चा ही सलाद या चटनीकी तरह खाया जा सकता है।

३. फूलांके तमाम बगीचोंमें खानेकी चीजें भुगानी जानी चाहिये। जिस बारेमें मैं सुझाना चाहूंगा कि वाजिसराय, यवनर और दूसरे अनेक अफमर जिसकी मिमाल भेज करे। मैं केन्द्रीय और प्रान्तीय सरकारोंके खेती-विभागोंके मुख्य अधिकारियोंसे कहूंगा कि वे प्रान्तीय भाषाओंमें अनगिनत पत्रें छपवाकर बाटें और साधारण आदमियोंको समझायें कि कौन-कौनसी चीजें आसानीसे पैदा की जा सकती हैं।

४. सिर्फ आम लोग ही अपनी खुराकको न घटावें, बल्कि फौजवालोंको भी चाहिये कि वे ज्यादा नहीं तो आम लोगोंके बराबर अपनी खुराकमें कमी करें। सेनाके आदमी सैनिक अनुशासनमें होनेके कारण आसानीसे कफायत कर सकते हैं, इसलिये मैंने सेनासे ज्यादा कमी करनेकी बात कही है।

५. तिलहनकी और तेल व खलीकी निकासी अगर बन्द न की गयी हो तो फौरन बन्द कर दी जानी चाहिये। यदि तिलहनमें से मिट्टी और कचरा वगैरा अलग कर दिया जाय, तो खली मनुष्यके लिये अच्छी खुराक बन सकती है। उसमें काफी पोषक तत्व होते हैं।

६. जहां मुमकिन और जरूरी हो, सिंचाईके लिये और पीनेके पानीके लिये सरकारको गहरे कुओं खुदवाने चाहिये।

७. अगर सरकारी नौकरों और आम जनताकी तरफसे सच्चा सहयोग मिले, तो मुझे इसमें जरा भी शक नहीं कि देश इस संकटसे पार हो जायेगा। जिस तरह घबरा जाने पर हार निश्चित हो जाती है, उसी तरह जहां व्यापक संकट आनेवाला हो वहां फौरन कार्रवाजी न की जाय तो घोखा हुअे बिना नहीं रहता। हम इस मुसीबतके कारणों पर विचार न करें। कारण कुछ भी हों, सच्चाई यह है कि अगर सरकार और जनताने संकटका धीरज और हिम्मतसे सामना नहीं किया तो बरवादी निश्चित है।

८. सबसे जरूरी चीज यह है कि चोरबाजारीका और बेअमीनी व मुनाफाखोरीका तो विलकुल खातमा ही हो जाना चाहिये; और जहां तक आजके इस संकटका सवाल है, सब दलोंके बीच सहयोग होना चाहिये।

खेतीमें सहकारी प्रयत्न

दो दिन पहले श्री केलप्पन-मुससे मिलने आये थे। मुन्होंने कहा कि केरलमें सहकारी आन्दोलन खूब फैल रहा है और मजबूत बन रहा है। अगर सहकारी समितियाँ पक्की बुनियाद पर काम कर रही हों, तो सचमुच श्री केलप्पनके ये समाचार मनको प्रसन्न बनानेवाले हैं। फिर भी मैंने जिस बारेमें अपना शक जाहिर किया है। सहकारी आन्दोलनकी सफलताके लिये यह जरूरी है कि मुसके मेम्बर बहुत आमानदार हों, वे सहकारिताके बड़े लाभको समझते हों और मुनके सामने एक निश्चित ध्येय हों। जिसलिये सिर्फ सहकारी पद्धतिसे थोड़ा रुपया अकड़ठा करके और शेयरों पर मनमाना ब्याज लेकर रुपया कमानेकी गरजसे काम करनेका ध्येय बुरा होगा। लेकिन सहकारी पद्धतिसे खेती करना या डेरी चलाना सचमुच एक अच्छा ध्येय है। जिससे देशको लाभ होगा। ऐसी मिसालें और भी दी जा सकती हैं। मैं नहीं जानता कि केरलकी ये सब समितियाँ किस प्रकारकी हैं और क्या काम करती हैं। क्या मुनके पास आमानदार बिन्स्पेक्टर हैं, जो अपना काम अच्छी तरह समझते हों? जहाँ प्रबन्ध करनेवाले आमानदार नहीं रहे और ध्येय भी स्पष्ट नहीं रहा, वहाँ जिस तरहके आन्दोलनसे अक्सर नुकसान ही पहुंचा है।

हरिजनसेवक, ६-१०-४६; पृ० ३३५

प्र० — पूर्वी केरोळा (नोआयाली) में आपने किसानोंको सहकारितासे, मिल-जुलकर, अपने खेतोंमें काम करनेकी सलाह दी है। क्या वे अपने खेतोंको बेक साथ मिला ले और अपने अपने खेतोंके रकबेके हिसाबसे फसल आपसमें बांट लें? क्या आप हमें जिस

कल्पनाकी स्पष्ट रूपरेखा देंगे कि उन्हें ठीक किस तरह सहकारी पद्धतिसे काम करना चाहिये ?

अ० — यह अच्छा सवाल है और इसका उत्तर सादा और स्पष्ट होना चाहिये । सहकारितासे, मिल-जुलकर काम करनेसे, मेरा मतलब है कि सब जमीन-मालिक मिल-जुलकर जमीन पर अधिकार रखें और जोतने-बोने, फसल काटने वगैराका काम भी मिल-जुलकर ही करें । इससे काम, पूंजी, औजारों वगैराकी बचत होगी । जमीन-मालिक मिल-जुलकर खेतोंमें काम करेंगे और पूंजी, औजार, जानवरों और बीज पर भी उनका मिला-जुला ही अधिकार होगा । मेरी कल्पनाकी सहकारी खेती जमीनकी शकल ही बदल देगी और लोगोंकी गरीबी तथा आलसीपनको भगा देगी । यह सब तभी संभव होगा जब लोग अके-दूसरेके मित्र बन जायेंगे और अके-कुनबेके सदस्योंकी तरह रहने लगेंगे । जब यह सुखकी घड़ी आयेगी तब साम्प्रदायिक सवालका घिनीना नासूर हमेशाके लिये मिट जायगा ।

हरिजनसेवक, ९-३-४७; पृ० ४७

प्र० — कुछ स्त्रियोंको, जो अपनी रोजीका कुछ हिस्सा चटाबियां बुनकर कमाती हैं, आपने पिछले दिनों सहकारिता (अकेसाथ मिलकर काम करने और नफेमें कामके अनुसार हिस्सा लेने) के सिद्धान्तोंके अनुसार काम करनेकी सलाह दी थी । जमीनके बहुत ज्यादा टुकड़े करके बंगालकी खेतीको आर्थिक दृष्टिसे नुकसानदेह बना दिया गया है । क्या आप किसानोंको भी सहकारिताके तरीके अपनानेकी सलाह देंगे ?

अगर ऐसा हो तो जमीनकी मालिकीकी मौजूदा पद्धतिमें वे उन सिद्धान्तोंको कैसे काममें ला सकते हैं ? क्या सरकारको कानूनमें जरूरी फेरबदल करना चाहिये ? अगर सरकार तैयार न हो और चाहते हों, तो वे अपने संगठनोंके द्वारा इस ध्येयको प्राप्त लिये कैसे काम करें ?

खेतीमें सहकारी प्रयत्न

२३

धु० — (सवालके पहले हिस्मेका उत्तर देते हुये गांधीजीने कहा कि) मुझे जिसमें कोभी शका नहीं कि सहकारिताकी पद्धति चटाधी बुननेवालोंके बनिस्वत किसानोंके लिये बहुत ज्यादा जल्दी है। जैसा कि मैं मानता हूँ, जमीन सरकारकी है। जिसलिये जब अुमे सहकारिताकी बुनियाद पर जोता जायगा, तब अुससे ज्यादासे ज्यादा आमदनी होगी।

याद रखना चाहिये कि सहकारिता पूरी तरह अहिंसाकी बुनियाद पर खड़ी हो। हिंसक सहकारिताकी सफलता जैसी कोभी चीज है ही नहीं। हिटलर हिंसक सहकारिताका जबरदस्त प्रमाण था। वह भी सहकारिताकी निरर्थक बातें किया करता था। अुसने सहकारिताको जबरन लोगो पर लादा था। और हर कोभी जानता है कि अुसके परिणामस्वरूप जर्मनीको कहा से जाया गया।

गांधीजीने अतमें कहा, अगर हिन्दुस्तान भी हिंसाके जरिये सहकारिताकी बुनियाद पर नये समाजको खड़ा करनेका प्रयत्न करेगा तो बड़े दुःखकी बात होगी। जबरदस्तीसे जो अच्छाभी पैदा की जाती है वह मनुष्यके व्यक्तित्वको नष्ट कर देती है। जब कोभी परिवर्तन अहिंसक असहयोगकी मनको बदल देनेवाली शक्तिसे — यानी प्रेमसे — किया जाता है, सभी व्यक्तित्वकी बुनियाद सुगठित रहती है और दुनियाके लिये सच्ची और स्थायी प्रगति निश्चित बन सकती है।

हरिजनसेवक, १-३-४७; पृ० ४६

मैं तो यहां तक कहता हूं कि आज संसार हरएक काममें सामुदायिक रूपसे शक्तिका संगठन करनेकी ओर जा रहा है। जिस संगठनका नाम सहयोग है। बहुतसी बातें आजकल सहयोगसे हो रही हैं। हमारे मुल्कमें भी सहयोग आया तो है, लेकिन वह अैसे विकृत रूपमें आया है कि उसका सही लाभ हिन्दुस्तानके गरीबोंको बिल्कुल नहीं मिला।

हमारी आबादी बढ़ती जा रही है और उसके साथ व्यक्तिगत रूपसे किसानकी जमीन कम होती जा रही है। नतीजा यह हुआ है कि प्रत्येक किसानके पास ज़ितनी चाहिये अतनी जमीन नहीं रही है। जो जमीन है वह उसकी अड़चनोंको बढ़ानेवाली है।

ऐसा किसान अपने घरमें या खेत पर निजके गाय-बैल नहीं रख सकता। रखता है तो वह अपने हाथों अपनी बरखादीको न्योता देता है। आज उसकी यही हालत है। धर्म, दया या नीतिकी परवाह न करनेवाला अर्थशास्त्र तो पुकार-पुकार कर कहता है कि आज हिन्दुस्तानमें लाखों पशु मनुष्यको खा रहे हैं। क्योंकि वे उसे कुछ लाभ नहीं पहुंचाते, फिर भी अन्हें खिलाना तो पड़ता ही है। जिस-
अन्हें मार डालना चाहिये। लेकिन धर्म कहो, नीति कहो या
ये हमें अिन निकम्मे पशुओंको मारनेसे रोकते हैं।

बिना हासतमें क्या किया जाय ? यही कि जितना प्रयत्न पशु-ओंको जिन्दा रखने और उन्हें बोझ न बनने देनेका हो सकता है अतना किया जाय । जिस प्रयत्नमें सहयोगका अपना बड़ा महत्त्व है ।

सहयोग यानी सामुदायिक पद्धति द्वारा पशु-पालन करनेसे :

१. जगह बचेगी । किसानको अपने घरमें पशु नहीं रखने पड़ेंगे । आज तो जिस घरमें किसान रहता है, कुम्भीमें कुम्भके छारे मवेशी भी रहते हैं । जिनमें आसपासकी हवा बिगड़ती है और घरमें गन्धगी रहती है । मनुष्य पशुके साथ भेक ही घरमें रहनेके लिये पैदा नहीं हुआ है । भैंसा करनेमें न तो दया है, न ज्ञान है ।

२. पशुओंकी वृद्धि होने पर भेक घरमें रहना असम्भव हो जाता है । जिसलिये किसान बछड़ेको बेच डालता है, और भैंसे या पाढ़ेको मार डालता है, या मरनेके लिये छोड़ देता है । यह अधमता है ।

३. जब पशु बीमार हो जाता है तब व्यक्तिगत रूपसे किसान उसका शास्त्रीय बिलाज नहीं करवा सकता । सहयोगसे यह बिलाज मुलभ होता है ।

४. प्रत्येक किसान साइ नहीं रख सकता । लेकिन सहयोगके आधार पर बहुतसे पशुओंके लिये भेक अच्छा साइ रखना सहल है ।

५. व्यक्तिगतः किसान गोबर-भूमि तो ठीक, पशुओंके लिये व्यायाम यानी दिरने-फिरनेकी भूमि भी नहीं छोड़ सकता । किन्तु सहयोग द्वारा ये दोनों सुविधायें आसानीसे मिल सकती हैं ।

६. व्यक्तिगतः किसानको घास बिल्वादि पर बहुत खर्च करना होगा । सहयोग द्वारा कम खर्चमें काम चल जायगा ।

७. व्यक्तिगतः किसान अपना दूध आसानीसे नहीं बेच सकता । सहयोग द्वारा धूस दाम भी अच्छे मिलेंगे और वह दूधमें पानी बर्गरा मिलानेमें भी बच सकेगा ।

८. व्यक्तिगतः किसानके पशुओंकी परीक्षा असम्भव है । किन्तु गावभरके पशुओंकी परीक्षा आसान है, और उनके नसल-सुधारका अपाय भी आसान है ।

पशुओंकी सार-संभाल

हमारे डोरोंकी दुंदुपाके लिये अपनी गरीबीका राग भी हम नहीं जतान सकते। यह हमारी निर्दय स्थावरवाहीके सिवा और किसी भी बातकी सूचक नहीं है। हालांकि हमारे पिजरापोल हमारी दयाभूति पर सही दुःखी मरुपायें हैं, तो भी वे अतुल्य अत्यन्त बड़ा अमल करनेवाली मरुपायें ही हैं। वे आदर्श गोमालाओं या डेरियों और मनुष्य राष्ट्रीय समस्याओंके रूपमें चलनेके बजाय केवल झुले-लगड़े डोर रखनेके धर्मशास्त्रोंसे बन गये हैं। . . . गोरशाके धर्मका दावा करते दुःख भी हमने गाय और जूनकी सन्तानको गुलाम बनाया है और हम खुद भी गुलाम बन गये हैं।

पग मिडिया, ६-१०-'२१; पृ० ३१८

गोरशा-मडलोंकी डोरोंके खान-पानकी ओर, धुन पर होनेवाली निर्दयताकी रोकनेकी ओर, गोबर-भूमिके दिनांदिन होनेवाले नाशकी रोकनेकी ओर, पशुओंकी नग्न सुधारनेकी ओर, गरीब म्वालोंसे भुग्डे खरीद देनेकी ओर तथा मौजूदा पिजरापोलोंकी दूधकी आदर्श स्वावलम्बी डेरिया बनानेकी ओर ध्यान देना चाहिये।

पग मिडिया, २९-५-'२४; पृ० १८१

गोमाता जन्म देनेवाली मासे कहीं बढ़कर है। मां तो साल दो साल दूध पिलाकर हमसे फिर जीवनभर सेवाकी आशा रखती है, पर गोमाताका तो दाने और घासके सिवा अन्य किसी सेवाकी आवश्यकता ही नहीं होती। मांकी तो हमें, अक्सकी बीमारीमें सेवा करनी पड़ती है। परन्तु गोमाता केवल जीवन-अत्यन्त ही हमारी अटूट सेवा नहीं करती; अक्सके मरनेके बाद भी हम अक्सके मात, चर्म,

हड्डी, सींग आदिसे अनेक लाभ उठाते हैं। यह सब मैं जन्मदात्री माताका दरजा कम करनेके लिये नहीं कहता, बल्कि यह दिखानेके लिये कहता हूँ कि गोमाता हमारे लिये कितनी पूज्य है।

हरिजनसेवक, २१-९-'४०; पृ० २६६

अब सवाल यह उठता है कि जब गाय अपने पालन-पोषणके खर्चसे भी कम दूध देने लगती है या दूसरी तरहसे नुकसान पहुंचाने-वाला बोझ बन जाती है, तब बिना मारे उसे कैसे बचाया जा सकता है? इस सवालका जवाब थोड़ेमें इस तरह दिया जा सकता है:

१. हिन्दू गाय और उसकी सन्तानकी तरफ अपना फर्ज पूरा करके उसे बचा सकते हैं। अगर वे ऐसा करें तो हमारे जानवर हिन्दुस्तान और दुनियाके गौरव बन सकते हैं। आज इससे विलकुल अलटा हो रहा है।

२. जानवरोंके पालन-पोषणका विज्ञान सीखकर गायकी रक्षा की जा सकती है। आज तो इस काममें पूरी अन्धाधुन्धी चलती है।

३. हिन्दुस्तानमें आज जिस बेरहम तरीकेसे बैलोंको बधिया बनाया जाता है, उसकी जगह पश्चिमके हमदर्दीभरे और नरम तरीके काममें लाकर उन्हें कष्टसे बचाया जा सकता है।

४. हिन्दुस्तानके सारे पिंजरापोलोंका पूरा-पूरा सुधार किया जाना चाहिये। आज तो हर जगह पिंजरापोलका अन्तिमजाम ऐसे लंग करते हैं, जिनके पास न कोई योजना होती है और न वे अपने कामकी जानकारी ही रखते हैं।

५. जब ये महत्त्वके काम कर लिये जायंगे, तो मुसलमान दुद दूसरे किसी कारणसे नहीं तो अपने हिन्दू भाजियोंके खातिर ही मान या दूसरे मतलबके लिये गायको न मारनेकी जरूरतकी समझ लेंगे।

पाठक यह देखेंगे कि ऊपर बताया हुआ जरूरतोंके पीछे अनेक मान चीज है। वह है अहिंसा जिसे दूसरे शब्दोंमें प्राणीमात्र पर दया माना है। अगर इस सबसे बड़े महत्त्वकी बातकी समझ लिया

जाय, तो दूसरी सब बातें आसान बन जाती है। जहाँ अहिंसा है वहाँ अपार धीरज, भीतरी शान्ति, भले-बुरेका ज्ञान, आत्मत्याग और सच्ची जानकारी भी है। गोरक्षा कोभी आसान काम नहीं है। उसके नाम पर देशमें बहुत पैसा बरबाद किया जाता है। फिर भी अहिंसाके न होनेसे हिन्दू गायके रखक बननेके बजाय उसके नाश करनेवाले बन गये हैं। गोरक्षाका काम हिन्दुस्तानसे विदेशी हुकूमतको हटानेके कामसे भी ज्यादा कठिन है।

(नोट : कहा जाता है कि हिन्दुस्तानकी गाय रोजाना लगभग २ पीण्ड दूध देती है, जब कि न्यूजीलैण्डकी गाय १४ पीण्ड, आर्लैण्डकी गाय १५ पीण्ड और हॉलैण्डकी गाय रोजाना २० पीण्ड दूध देती है। जैसे-जैसे दूधकी पैदावार बढ़ती है, वैसे-वैसे तन्दुस्तीके आकड़े भी बढ़ते हैं।)

हरिजनसेवक, ३१-८-'४७, पृ० २५२

भैंसका दूध

मुझे यह देखकर आश्चर्य होता है कि हम भैंसके दूध-पीका कितना पक्षपात करते हैं। अमलमें हम निकटका स्वार्थ देखते हैं, दूरके लाभका विचार नहीं करते। नहीं तो यह माफ है कि अन्तमें गाय ही ज्यादा उपयोगी है। गायके घी और मक्खनमें अंक खास तरहका पीला रंग होता है, जिसमें भैंसके मक्खनसे कहीं अधिक कैरोटीन यानी विटामिन 'अ' रहता है। उसमें अंक खास तरहका स्वाद भी होता है। भुसमें मिलने आनेवाले विदेशी यात्री सेवामार्गमें गायका शुद्ध दूध पीकर खुश हो जाते हैं। और यूरोपमें तो भैंसके घी और मक्खनके बारेमें कोभी जानकारी ही नहीं। हिन्दुस्तान ही ऐसा देश है, जहाँ भैंसका पी-दूध अतना पसन्द किया जाता है। जिससे गायकी बरबादी हुआ है। इसीलिए मैं कहता हूँ कि हम सिर्फ गाय पर ही जोर न देने तो गाय नहीं बच सकेगी।

हरिजनसेवक, २२-२-'४२, पृ० ५४

खेतोंकी बेकार चीजोंका उपयोग

[मिश्र खाद — कम्पोस्ट — का यथासंभव बड़े पैमाने पर विकास करनेके प्रश्न पर विचार करनेके लिये नयी दिल्लीमें दिसम्बर, १९४७ में एक अखिल भारतीय मिश्र खाद सम्मेलनका आयोजन किया गया था। डॉ० राजेन्द्रप्रसाद उसके सभापति थे। उसमें शहरों और देहातोंसे सम्बन्ध रखनेवाली योजना पर कुछ महत्त्वके प्रस्ताव पास किये गये थे। प्रस्तावोंमें “शहरोंके गन्दे पानी, कूड़े-कचरे और कीचड़का खेतीमें उपयोग करने पर, कसायी खानेकी सह-अपजका तथा दूसरे धन्वोंकी बची हुयी निकम्मी चीजोंका (अुदाहरणके लिये, अून-अुद्योगकी बेकार चीजें, मिल-अुद्योगकी बेकार चीजें, चमड़ा-अुद्योगकी बेकार चीजें) उपयोग करने पर और पानीमें अुगनेवाले निफम्मे पीधोंका, गन्ना पेरनेके बाद बचे हुअे छिलकोंका, कारखानोंसे निकले हुअे गन्दे पानीका, जंगलोंकी पत्तियों वगैराका मिश्र खादके लिये उपयोग करने पर ” जोर दिया गया था। अिन प्रस्तावोंका जिक्र करते हुअे गांधीजीने लिखा था :]

यदि ये प्रस्ताव सिर्फ कागज पर ही न रह जायें, तो ये अच्छे और उपयोगी हैं। खास बात यह है कि सारे भारतमें अिन प्रस्तावों पर अमल होगा या नहीं। अिन्हें कार्यका रूप देनेमें एक नहीं अनेकों मीराबहनोंकी शक्ति खप सकती है। भारतकी जनता अिन प्रयत्नमें खुशीसे सहयोग दे तो यह देश न सिर्फ अनाजकी कमीका पूरा कर सकता है, बल्कि हमें जितना चाहिये अुससे कहीं ज्यादा अनाज पैदा कर सकता है। यह सजीव खाद जमीनके अपज-अूपनको हमेशा बढ़ाता ही है, कभी कम नहीं करता। हर दिन जो कूड़ा-कचरा अिकट्ठा होता है अुसे ठीक ढंगसे गड्ढोंमें अिकट्ठा किया जाय, तो अनाज मुफ्तसे पैदा बन जाता है; और तब अुसे खेतकी जमीनमें

मिला दिया जाय तो अनुमे अनाजकी उपज कभी मुनी बढ़ जाती है और फलतः हमें करोड़ों रुपयेकी बचत होती है। जिसके मिया, कूड़े-कचरेका जिस तरह गाद बनानेके लिये उपयोग कर लिया जाय, वो आसनासकी जगह साफ रहती है। और स्वच्छता एक मद्गुण होनेके साथ-साथ स्वास्थ्यकी पोषक भी है।

हरिवन, २८-१२-'६७; पृ० ४८४

जातरों और मनुष्योंके मल-मूत्रको कचरेके साथ मिलाकर मुनहला खाद तैयार किया जा सकता है। यह खाद अपने-आपमें एक कीमती चीज है। जिस जमीनमें यह खाद दिया जाता है, भूमिकी उत्पादन-शक्तिको यह बढ़ाता है। जिस गादका उत्पादन भी एक घानाघांग ही है। लेकिन दूसरे घानाघांगोंकी तरह यह उपयोग भी अब तक स्पष्ट दिखायी देनेवाले परिणाम नहीं ला सकता, जब तक भारतके करोड़ों लोग जिन उपयोगोंको पुनर्जीवन देनेके लिये और जिस तरह भारतको समृद्ध बनानेके लिये सहयोग न करे।

दिल्ली-कापरी, पृ० २७०-७१; १९४८

११

खादके रूपमें मिला

श्री जी० आजी० प्रभुलाल नामके एक लेखकने 'सम्पत्ति तथा दुख्य' (वेल्थ अण्ड वेस्ट) नामकी एक अंग्रेजी पुस्तकमें लिखा है कि मनुष्यका मिला अच्छी तरह ठिकाने लगाया जाय, तो प्रत्येक मनुष्यके मूलेसे हर साल २६० फी आमदनी हो सकती है। अनेक जगहोंमें तो आज संजो जैसा खाद यों ही पड़ा-मड़ा नष्ट हो जाता है और बुराटे अस्वस्थ बीमारिया फैलती हैं। वरुत लेखकने प्रोफेसर ब्रुलटीनीकी 'कूड़े-कचरेका उपयोग' (दि यूज ऑफ वेस्ट मटीरियल्स) नामक पुस्तक जो बृद्धरण दिया है, वृणमें कहा गया है कि 'दिल्लीमें'

२,८२,००० मनुष्योंके मैलेसे जो नाइट्रोजन पैदा होता है, उससे कमसे कम दस हजार अेकड़ और अधिकसे अधिक ९५ हजार अेकड़ जमीनको पर्याप्त खाद मिल सकता है।' मगर चूँकि हमने अपने भंगियोंके साथ अच्छी तरह बरताव करना नहीं सीखा है, जिससे प्राचीन कीर्तिवाली दिल्ली नगरीमें भी आज अैसे-अैसे नरक-कुण्ड देखनेमें आते हैं कि हमें अपना सिर शर्मसे नीचा कर लेना पड़ता है। अगर हम सब भंगी बन जायें तो हमें यह मालूम हो जायेगा कि हमें खुद अपने प्रति कैसा बरताव करना चाहिये और यह ज्ञान भी हो जायेगा कि आज जो चीज जहरका काम कर रही है, उसे हम पेड़-पौधोंके लिये किस प्रकार उत्तम खादमें बदल सकते हैं। अगर हम मनुष्यके मलका सदुपयोग करें, तो डॉक्टर फाजुलरके हिसाबके अनुसार भारतकी तीस करोड़ आबादीसे सालमें साठ करोड़ रुपयेका लाभ हो सकता है।

हरिजनसेवक, २२-३-३५; पृ० ३६

[पंजाबके ग्राम-सुधार सम्बन्धी सरकारी महकमेके कमिश्नर श्री ब्रेन द्वारा खादके खड्डोंके बारेमें प्रकाशित पत्रिकाके कुछ महत्त्वके अंश अुद्धृत करके गांधीजीने लिखा:]

अिसमें जो कुछ लिखा है उसका समर्थन कोजी भी आदमी कर सकता है। श्री ब्रेनने जैसे खड्डोंके लिये लिखा है, वैसोंकी ही आम तौर पर सिफारिश की जाती है, यह मैं जानता हूँ। मगर मेरी रायमें श्री पूअरेने अेक फुटके छिछले खड्डोंकी जो सिफारिश की है, वह अधिक वैज्ञानिक अेवं लाभप्रद है। अुसमें खुदाओकी मजदूरी कम होती है और खाद निकालनेकी मजदूरी या तो विलकुल ही नहीं होती या बहुत थोड़ी होती है। फिर अुस मैलेका खाद भी लगभग अेक सप्ताहमें ही बन जाता है। क्योंकि जमीनकी सतहसे ६ से ९ अिच तककी गहराओमें रहनेवाले जंतुओं, हवा और सूर्यकी किरणोंका अुस पर असर होता है, जिससे गहरे खड्डेमें दबाये जानेवाले मैलेके वनिस्वत कहीं अच्छा खाद तैयार हो जाता है।

मैलान मैला डिगाने मगानेके तरीके बिगने ही तरहके क्या न हों, बाद रखनेकी मुख्य बात तो यह है कि जब मैलेको गड्डेमें गाड़ा जकर बाय। जिसमें दुहरा मान होता है—अंक तो ग्रामवासियोंकी तन्दु-रस्ती ठीक रहती है, दूसरे गड्डोंमें दबकर बना हुआ गाद गेनामें डालनेमें पत्तलकी बूझ होकर भुनकी आधिक स्थिति मुषण्णी है। बाद यह रगना चाहिये कि मैलेके अलावा सजीव कचरा जलग गाड़ा जाना चाहिये। यह निःसन्देह है कि घान-मुषारके काममें मफाजीकी और ध्यान देना सबसे पहला कदम है।

हरिनमंथक, ८-३-३५; पृ० २०-२१

मैलेके लड्डे

अंक मगान पूछने है :

“(१) अंक जगह अंक फुट गहरा खड़ा मोदकर भुसमें मैला गाड़ा गया हो, तो नुसी जगह दूसरी बार मैला गाड़नेके पहल कितना समय बीतना चाहिये ?

“(२) साधारणतया घान बोलनेके बाद तुरन्त ही खेत जाता जाता है। अगर बोनीमें आठेक दिन पहले मैला गाड़ा गया हो, तो जब खेत जाता जायेगा तब क्या वह मैला भूपर न आ जायेगा और बिना तरह हलवाही और बैलोंके पैरोको सराव नहीं करेगा ?”

(१) ठीक ठीक श्री पूअरेकी बतलाबी दुबी रीतिके अनुसार मैला अगर छिछले गड्डेमें गाड़ा गया हो, तो अधिकसे अधिक पन्द्रह दिनके बाद बीज बोनेमें कोबी अदचन नहीं आती। अंक साल उपयोग करनेके बाद नुसी जगह फिर मैला गाड़ा जा सकता है।

(२) मनुष्य या बोरके पैर सराव होनेका सवाल तो थूठ ही नहीं सकता, क्योंकि जब तक मैला मुषण्णित खादमें परिणत न हो तब तक वहा कुछ भी नहीं बोया जा सकता और न बोना -

ऐसा खाद बन जानेके बाद तो उस मिट्टीको हम बिना किसी हिचकके खुशीसे हाथमें ले सकते हैं।

हरिजनसेवक, २६-४-'३५; पृ० ८२

मैलेको ठिकाने कैसे लगाया जाय?

[एक ग्रामसेवकके प्रश्नोंके जवाबमें गांधीजीने लिखा:]

बरसातके दिनोंमें भी गांववालोंको ऐसी जगहों पर शौचक्रिया करनी चाहिये, जहां मनुष्यके आने-जानेका रास्ता न हो। मैलेको गाड़ जरूर देना चाहिये। पर ग्रामवासियोंको परम्परासे जो गलत शिक्षा मिली है, उसके कारण यह मैला गाड़नेका प्रश्न सबसे कठिन है। सिंदी गांवमें हम यह प्रयत्न कर रहे हैं कि गांववाले सड़कों पर पाखाना न फिरे, बल्कि पासके खेतोंमें जायं और अपने पाखाने पर सूखी साफ मिट्टी डाल दिया करें। दो महीनेकी लगातार मेहनत और म्युनिसिपैलिटीके सदस्यों तथा दूसरे लोगोंके सहयोगका अितना परिणाम तो हुआ है कि वे साधारणतया सड़कोंको खराब नहीं करते। मगर मिट्टी तो वे अब भी अपने मल-मूत्र पर नहीं डालते, चाहे उनसे कितना ही कहा जाय। पूछो तो जवाब देंगे, 'यह तो निश्चय ही भंगीका काम है। विष्ठाको देखना ही पाप है; फिर उस पर मिट्टी डालना तो उससे भी घोर पाप है।' उन्हें शिक्षा ही ऐसी मिली है। यह विचित्र विश्वास उसी शिक्षाका फल है। असलिये ग्रामवासियोंके हृदय पर नया संस्कार जमानेके पहले ग्रामसेवकोंको उनके अिन रूढ़िगत संस्कारोंको पूरी तरह मिटा देना होगा। अगर हमारा अपने कार्यक्रममें दृढ़ विश्वास है, अगर नित्य सवेरे झाड़ू लगाते रहनेका हमारे अन्दर पर्याप्त धैर्य है, और गांववालोंके अिन कुसंस्कारों पर अगर हम चिढ़ते नहीं हैं, तो उनके ये सब मिथ्या विश्वास उसी प्रकार नष्ट हो जायंगे, जिस प्रकार उनके प्रकाशसे कुहरा नष्ट हो जाता है। युगोंका यह घोर अज्ञान आपके महीनेके पदार्थ-पाठसे दूर नहीं हो सकता।

सिंदी गावमें हम वर्षाका सामना करनेकी भी तैयारी कर रहे हैं। अपनी खेतीको रखवाली तो किसान करेंगे ही; तब जिस तरह वे लोगोको अपने खेतोंमें थोड़े ही आने देंगे जिस तरह कि बाज आने देंगे हैं। हमने लोगोके सामने यह तर्जवीज रखी है कि वे खेतकी हदबन्दीके अन्दर कुछ जमीनको बिल्कुल अलग करके ब्रुसमें धाड़ लगा लें, और ब्रुस घेरेके भीतर ही टट्टी फिरा करे। चौभासेके अन्तमें जमीनके जिस टुकड़ेमें काफी खाद तैयार हो जायगा। वह वक्त आ रहा है जब खेतवाले खुद ही लोगोसे अपने खेतोंमें शौचक्रिया करनेके लिये कहेंगे। अगर डॉ० फाब्रिलरका कूता हुआ हिमाव हम मान लें, तो एक खेतमें बिलानागा शौचक्रिया करनेवाला मनुष्य वर्षमें २ रुपयेका खाद ब्रुस खेतको दे देता है। ठीक दो ही रुपयेका खाद हासिल होता है या कुछ कम-ज्यादा, जिसमें सन्देह हो सकता है। पर जिसमें जरा भी सन्देह नहीं कि मल-मूत्रके सचअसे खेतको फायदा तो जरूर होता है।

यह सलाह तो किसीने दी नहीं है कि मैला सीधा ज्योंका त्यों बतौर खादके सभी फसलोंके काममें आ सकता है। तात्पर्य तो यह है कि एक नियत समयके बाद मैला मिट्टीके साथ सुन्दर खादमें परिणत हो जाता है। मिट्टीमें गाड़नेके बाद मैलेको कभी प्रक्रियाओसे गुजरना पड़ता है, तब कहीं जमीन जुतायी और बुवाईके लायक होती है। जिसको अबूक कसौटी यह है : जहां मैला गाड़ा गया हो ब्रुस जमीनको नियत समयके बाद खोदने पर अगर मिट्टीसे कोयी दुर्गन्ध न आती हो और ब्रुसमें मैलेका नाम-निशान तक न हो, तो समझ लेना चाहिये कि ब्रुस जमीनमें अब बीज बोया जा सकता है। मैंने पिछले तीस साल किसी प्रकार मैलेके खादका उपयोग हर तरहकी फसलके लिये किया है, और जिससे अधिकसे अधिक लाभ हुआ है।

मिश्र खाद बनानेका तरीका

[अिन्दौरमें 'अिन्स्टिट्यूट ऑफ प्लान्ट अिण्डस्ट्री' नामकी अेक वैज्ञानिक संस्था है। जिनकी सेवा करनेके लिये वह कायम की गयी है, अुनके लिये वह समय-समय पर पुस्तिकायें निकाला करती है। अिनमें से पहली पुस्तिका खेतकी बेकार समझी जानेवाली चीजोंसे कंपोस्ट (मिश्र खाद) बनानेके तरीकों और अुसके फायदोंका वयान करती है। गोबर और मैला अुठाने, साफ करने या फेंकनेका काम करनेवाले हरिजनों और ग्रामसेवकोंके लिये वह बहुत अुपयोगी है। अिसलिये मैं कम्पोस्ट बनानेकी प्रक्रियाके वर्णनके साथ अुसके फुटनोटोंको भी जोड़कर लगभग पूरी पुस्तिकाकी नकल नीचे देता हूँ। — मो० क० गांधी]

बहुत लम्बे समयसे यह बात समझ ली गयी है कि हिन्दुस्तानकी मिट्टियोंमें अुचित और व्यवस्थित ढंगसे प्राणिज तत्त्वोंकी कमी पूरी करना या अुन्हें फिरसे पैदा करना खेतीकी पैदावारको बढ़ानेकी किसी भी सफल योजनाका अेक जरूरी हिस्सा है। यह भी अुतनी ही अच्छी तरह समझ लिया गया है कि खलिहानोंमें तैयार किये जानेवाले खादके मौजूदा साधन खादकी जरूरी मात्रा पूरी नहीं कर सकते। अिसके अलावा, यह बात तो है ही कि अिस खादके तैयार होनेमें नाअिट्रोजनका बड़ा हिस्सा बरबाद हो जाता है और अिस खादके ज्यादासे ज्यादा गुणकारी बननेमें बहुत लम्बा समय लग जाता है। हरा खाद शायद अिसकी जगह ले सकता है, लेकिन मौसमी हवाकी अनिश्चितताके कारण हिन्दुस्तानके ज्यादातर हिस्सोंमें अुसका मिलना अनिश्चित ही रहता है। हरे खादका मिट्टीमें गलना या सड़ना भी कुछ समयके लिये पीधोंके भोजनकी कमी को पूरने में मदद करती है। अिण्डस्ट्री में खाद डालता है, जो अुष्ण-कटि-

को कायम रखनेमें बड़े महत्वका

काम करती है। साफ है कि जमीनको ह्यूमस तैयार करनेके काममें मुक्त करके जैसे जैव तत्त्वोंकी कमी पूरी करने और फसलको बढ़ानेके काममें ही लगे रहने देना सबसे अच्छा गान्ता है। जिसका सबसे आसान तरीका यह है कि रोतका काम चान्द्र गतने हुअे खेतीकी मारी बेकार खोबांका, जिनकी जीपन या डोरोके चानेके रूपमें जम्बरत नहीं होनी, फायदा बुठाकर अपुर्नदाधारके रूपमें ह्यूमस तैयार किया जाय।

यहा जिस बात पर जोर देना जरूरी है कि खलिहान या बाड़ांके खादकी जगह नेनेवाली कोभी भी खोज बनावटमें ह्यूमसके साथ ज्यादासे ज्यादा समानता रखनेवाली होनी चाहिये। यही अिन्दौर-पद्धतिका ध्येय है, जिसे वह मिद्ध करती है। जिस तरह अिन्दौर-पद्धतिका अुद्देश्य भुन तरीकोंके अुद्देश्योंसे बिलकुल असम है, जो बहुत ज्यादा नाअिट्रोजन-वाला सक्रिय खाद तैयार करते हैं, जिसकी खाम अुपयोगिता बनावटी खादों जैसी ही होती है।

अिन्दौरके 'अिन्स्टिट्यूट ऑफ प्लान्ट अिण्डस्ट्री' में होनेवाले कामने, जो थी अेलबर्ट हॉबर्डके जिस दिशामें किये गये बीस बरसके परियमका नतीजा है, अब निश्चित रूपमें यह मिद्ध कर दिया है कि जिन अुमूलकोंकी बड़ी आमानीसे अमलमें लाया जा सकता है। कम्पोस्टकी अिन्दौर-पद्धति व्यावहारिक टेकनीक (तरीका) बताती है और विकासके नये रास्ते खोलती है। खेतों और शहरोंमें कचरा, मैला बर्गरा चीजांके रूपमें जो अपार कुदरती माधन मौजूद है, उनका मिश्र खाद बनाकर खेतोंमें अुपयोग किया जा सकता है और फायदा बुठाया जा सकता है। मल्लोंके निकाम व गोबरके जीपनके रूपमें होनेवाले अुपयोग पर हमला किये बिना बहुतसा खाद जिससे मिल सकता है, साथ ही बनावटी खादोंके अिस्तेमालमें कफायत भी की जा सकती है, जो जैव तत्त्वोंकी मददसे ही अच्छेसे अच्छे नतीजे ला सकते हैं।

'युटिलाजिजेशन ऑफ अेग्रिकल्चरल वेस्ट' (हॉबर्ड अेण्ड वाड, ऑक्सफोर्ड युनिवर्सिटी प्रेस, १९३१) नामकी किताबमें जिस पद्धतिसे

सम्बन्ध रखनेवाली समस्याओं और असुल्लोंकी चर्चा की गयी है और अन्दौर-पद्धति पर विस्तारसे प्रकाश डाला गया है। इस लेखमें सिर्फ हिन्दुस्तानी किसानोंकी हालतों पर लागू होनेवाले तरीकेकी कामचलाऊ रूपरेखा ही थोड़ेमें दी गयी है।

हिन्दुस्तानकी सिंचाईकी फसलोंके लिये खलिहानका खाद बहुत कीमती माना गया है। लेकिन बिना सिंचाईवाली फसलोंके खेतोंमें भी समय-समय पर थोड़ा खाद देते रहना अतना ही जरूरी है। कम्पोस्ट बनानेकी अन्दौर-पद्धति जल्दी ही बड़ी मात्रामें ज्यादा अच्छा खाद तैयार करती है। इसके अलावा, यह खाद देने पर तुरन्त फसलको सक्रिय रूपसे फायदा पहुंचाता है, जब कि खलिहानका खाद हमेशा ऐसा नहीं करता। अगर सही ढंगसे तैयार किया जाय तो अन्दौर-पद्धतिका मिश्र खाद तीन महीने बाद काममें लिया जा सकता है और तब वह गहरे भूरे या काँफीके रंगका बिखरा (amorphous) पदार्थ बन जाता है, जिसमें २०% के करीब कुछ अंशोंमें गला हुआ छोटी डलियोंवाला हिस्सा होता है, जिसका अंगुलियोंसे दबाकर तुरन्त भूसा किया जा सकता है। बाकीका हिस्सा गीला होने पर (और इसलिये उसके बिखरे कण फूले हुए होते हैं) अतना वारीक होता है कि वह एक अंचमें छह छेदवाली छलनीसे छन जाता है। इस खादमें नाइट्रोजनकी मात्रा, अस्तिमाल किये हुए कचरे वगैराके गुणके मुताबिक, .८ से लेकर १.० फी सदी या इससे ज्यादा होती है। १०० या १२५ गाड़ी खेतमें मिलनेवाले सब तरहके कचरे और गोठानमें मिलनेवाली पेशाब जज्व की हुयी आधी मिट्टीके साथ एक-चौथाई भाग ताजा गोबर मिलानेसे दो वलोंके पीछे हर साल करीब ५० गाड़ी मिश्र खाद तैयार हो सकता है। आधी बची हुयी पेशाबवाली मिट्टीका भी बड़ा अच्छा खाद होता है, वह सीधा खेतोंमें डाला जा सकता है। अगर इससे ज्यादा कचरा सके, तो सारे गोबर और पेशाबवाली मिट्टीसे करीब १५० गाड़ी खाद बनाया जा सकता है। अन्दौरमें एक गाड़ी मिश्र खाद

बनानेका खर्च साढ़े आठ आने आता है। यहा ८ घंटे काम करनेके लिये हर मर्दको ७ आने रोज और हर औरतको ५ आने रोज मजदूरी दी जाती है।

१. बिन्दौर-पद्धतिकी रूपरेखा

दूसरी तरहसे बेकार जानेवाली खेतीकी चीजों, कचरे वगैराके साथ गोबर, लकड़ीकी राख और पेशाबवाली मिट्टीके मिश्रणको खड्डोंमें जल्दी सड़ाना ही जिस तरीकेका खास काम है। खड्डोंकी गहराई २ फुटसे ज्यादा नहीं होनी चाहिये। वे १४ फुट चौड़े होने चाहिये। बुनकी मामूली लम्बाई ३० फुट होनी चाहिये। खड्डोंका यह माप बड़े पैमाने और छोटे पैमाने दोनों तरहके कामके लिये ठीक रहेगा। थुदा-हरणके लिये, खड्डोंका ३ फुट लम्बा हिस्सा दो जोड़ी बैलोंके नीचे बिछाये दूधे बिछौनेसे ६ दिनमें भर सकता है। जिसके बाद ३ फुटका पासका हिस्सा भरा जाय। आगे चलकर हरभेक हिस्सेको स्वतंत्र बिकाशी समझा जाय। खड्डोंमें डाली हुयी चीजों पर पानीका भेकमा छिड़काव किया जाता है, जिसमें थोड़ा गोबर, लकड़ीकी राख, पेशाब-वाली मिट्टी और सक्रिय खड्डोंमें से निकाला हुआ कुकुरमुत्ता (fungus) वाला खाद मिला रहता है। सक्रिय रूपसे मड़नेवाला कम्पोस्ट जल्दी ही कुकुरमुत्ता बुगनेसे सफेद हो जाता है। बादमें यह नये खड्डोंके कचरे, गोबर वगैराको ठेकीसे सड़ानेके काममें लिया जाता है। पहले-पहल जब कुकुरमुत्तावाला खाद नहीं मिलता, तो दोरोके बिछौनेके साथ बांडी हरी पतियां बिछाकर कुकुरमुत्ता बुगानेमें मदद ली जाती है। खड्डोंकी चीजोंकी गलानेका काम शुरू करनेवाले पदार्थ (starter) में पूरी सक्रियता ३-४ बार अंसी क्रिया हो चुकनेके बाद आती है। खड्डोंकी गतह पर पानी छिड़कने और भीतरकी चीजोंको पलटवें रहनेमें नती और हवाको नियमित रखकर जिसकी सक्रियता कायम रखी जाती है। जिसमें दूसरी बार स्टार्टरकी थोड़ी मात्रा जोड़ी जाती है, जो जिन वन ३० दिनसे ज्यादा पुराने खड्डोंसे लिया जाता है। साथ डेर जल्दी ही

बहुत गरम हो जाता है और लम्बे समय तक वैसा बना रहता है। व्यवस्थित ढंगसे सब काम किया जाय, तो बड़ा अच्छा मिश्रण तैयार होता है और उसे काफी हवा भी मिलती रहती है। पानीका साधारण छिड़काव अकेदम चीजोंको गलाना शुरू कर देता है, जो आखिर तक लगातार चालू रहता है। और अन्तमें विलकुल अकेसा अुम्दा खाद बन जाता है।

२. खड्डे बनाना

गोठानके पास और संभव हो तो पानीके किसी साधनके पास अच्छी तरह सूखा हुआ जमीनका हिस्सा चुन लीजिये। ३० फुट × १४ फुट × २ फुटका खड्डा बनानेके लिये अके फुट मिट्टी खोदकर किनारों पर फैला दीजिये; अैसे खड्डे दो-दोकी जोड़ीमें खोदे जायं। अुनकी लम्बायी पूर्वसे पश्चिमकी ओर रहे। अके जोड़के दो खड्डोंके बीच ६ फुटकी दूरी रहे और अैसी हर जोड़ी अके-दूसरेसे १२ फुट दूर रहे। तैयार कम्पोस्टके ढेर और बारिशमें लगाये जानेवाले ढेर अिन चौड़ी जगहों पर किये जाते हैं, जो हरअके ढेरसे सीधे गाड़ीमें खाद भर कर ले जानेके लिये भी अुपयोगी होती हैं।

३. मिट्टी और पेशाब

ढोरोंकी पेशाबमें कीमती खादके तत्त्व होते हैं। खलिहानका खाद बनानेके मामूली तरीकेमें वह ज्यादातर बरबाद ही होती है। गोठानमें पक्का फर्श बनाना खर्चीला होता है और वैलोंके लिये अच्छा नहीं होता। ढोरोंके अुठने-बैठने और सोनेके लिये खुली मिट्टीका मुलायम, गरम और सूखा बिछौना सस्तेमें बनाया जा सकता है। मिट्टीकी ६ अिंचकी परत गन्दगी फैलाये बिना ढोरोंकी सारी पेशाब जज्व करनेके लिये काफी होगी, वशर्ते कि ज्यादा गीले हिस्से रोज साफ कर दिये जायं, अुनमें थोड़ी नयी मिट्टी डाल दी जाय और मिट्टी पर थोड़ा न खाया हुआ घास बिछा दिया जाय। हर चार महीनेमें यह पेशाबवाली मिट्टी

हटा दी जाय और जूसकी जगह नयी मिट्टी डाली जाय। जूसका ज्यादा बच्चा हिस्सा कम्पोस्ट बनानेके लिये रख छोड़ा जाय और ज्यादा बड़े डेरे सीधे खेतोंमें डाल दिये जाय। यह बड़ी जल्दी काम करनेवाला खाद होता है, जो खास तौर पर सिचाजीकी फसलकी ऊपरसे दिया जाता है।

हरिजन, १७-८-'३५; पृ० २१३-१५

४. गोबर और राख

रोख मिल सकनेवाले गोबरका सिर्फ अंक-चौयाभी हिस्सा ही जरूरी है; यह पानीमें मिलाकर प्रवाही रूपमें छिड़का जाता है। जरूरत हो तो बचे हुए गोबरको ओषधकी तरह काममें लिया जा सकता है। खांसीपुर और दूसरी जगहोंसे लकड़ीकी राख मावधानीसे अकड़ठी करनी चाहिये और किसी ढकी हुई जगह पर भुसका सप्रह करना चाहिये।

५. खेतका कचरा

हर तरहके पौधोंके कचरेसे, जिसकी खेतमें दूसरी तरहसे जरूरत न हो, कम्पोस्ट बनाया जा सकता है। जिस कचरेमें ये सब चीजें आ सकती हैं : घासपास, कपास, मटर और तिलके डठल, टैमूके पत्ते, अलसी, सरसों, काले और हरे धनोके डठल, गन्नेका कूचा और छिलका, जुआर और गन्नेकी जड़ें, वेहोंके गिरे हुए पत्ते और घास-पारे, कड़वी दगैराके न पाने हुए हिस्से। कड़ी चीजोंको कुचलना होगा। सिधमें कच्ची और मुलायम सड़कों पर भी यह काम कामयाबीके साथ किया गया है। वहां गाड़ीके रास्ते पर अंसी चीजें फैला दी जाती हैं और कुचले हुए हिस्सोंको समय-समय पर भुंठाकर धुनकी जगह दूसरी कड़ी चीजें फैला दी जाती हैं। ठूठ और जड़ों जैसे बहुत कड़े हिस्सोंको (कुचलनेके अलावा) कमसे कम दो दिन तक पानीमें भिगोने या दो-तीन माह तक गीली मिट्टी या कीचड़के नीचे गाड़नेकी जरूरत रहेगी। जिसके बाद ही वे

अच्छी तरह काममें लिये जा सकते हैं। कीचड़के नीचे गाड़नेका काम बारिशमें आसानीसे किया जा सकता है। हरी चीजें कुछ हद तक सुखा ली जायं और फिर अुनकी गंजी लगायी जाय। थोड़ी-थोड़ी अलग-अलग चीजोंकी अेकसाथ गंजी लगायी जाय और बड़ी मात्राकी हरअेक चीजके लिअे अलग गंजी बनायी जाय। अिन चीजोंको कम्पोस्टके खड्डेमें ले जाते समय अिस बातका ध्यान रखना चाहिये कि सब तरहकी चीजोंका मिश्रण किया जाय; खड्डेमें डालनेके लिअे अुठाअी जानेवाली सारी चीजोंकी कुल मात्राके अेक-तिहाअीसे ज्यादा कोअी चीज खड्डेमें नहीं डालनी चाहिये। पानीमें भिगोअी या मुलायम बनायी हुअी सख्त जड़ें, डंठल वगैरा अेक बारमें बहुत थोड़ी मात्रामें ही काममें लिये जाने चाहिये। अगर मामूली तौर पर मिल सकनेवाली अलग-अलग चीजोंको अैसी मात्राअोंमें अिकट्ठा और अिस्तेमाल किया जाय कि सालअर तक वे मिलती रहें, तो यह सब अपने-आप हो जाता है। सन या अिसी तरहकी दूसरी खरीफकी फसलके अुपयोगसे कम्पोस्टको और ज्यादा गुणकारी बनाया जा सकता है। अिसे हरी ही काटना चाहिये और सूखने पर ढेर लगाना चाहिये। अिससे रबीकी फसल बोनेके समय जमीन साफ मिलेगी और सन बोनेसे अिस फसलको फायदा पहुंचेगा।

६. पानी

अगर कम्पोस्ट तैयार करनेकी जमीनके पास अेक छोटा खड्डा या हीज बनाकर अुसमें नहाने-धोनेका गन्दा पानी अिकट्ठा किया जाय और रोज काममें लिया जाय, तो मेहनत बचेगी और फायदा भी होगा। लम्बे समय तक अेक जगह पड़ा रहनेवाला कोअी भी पानी नुकसानदेह होगा। अिससे ज्यादा पानीकी जरूरत हो, तो दूसरी तरहसे अुसका प्रबन्ध करना चाहिये। मोनमके मुताबिक अेक गाड़ी कम्पोस्ट तैयार करनेके लिअे चार गैलनके ५० से ६० तक पानीमें नरे पीपोंकी जरूरत होती है।

७. प्रक्रियाकी तफसील

खड्डोंका भरना : ४ फुट लम्बा और ३ फुट चौड़ा अंक पाल या टाटके टुकड़ेका स्ट्रैचर (जिसके लम्बे किनारे ७।। फुट लम्बे दो बागोंमें फसे हों) लीजिये। गोठानके फर्श पर, जहाँ छोर जुठते-वँठते और सांते हैं, रोज अंक बँलके लिजे अंक पाल और अंक भँसके लिजे डेढ पालके हिसाबसे खेतका कचरा फँला दीजिये। जिस कचरे पर ढोरोका पेशाब गिरता और जग्व होता है; साथ ही छोर असे कुचलकर मिला देते हैं। बारिशमें यह बिछौना सूखे कचरेकी दो परतोंके बीचमें हरे लेकिन कुछ सूखे हुअे कचरेकी परत डालकर बनाया जाता है। घोल बनानेके बाद जो ताजा गोबर बचे, अुसके या तो कडे बनाये जा सकते हैं या छोटी नालीके बराबर हिस्से करके असे ढोरोके बिछौने पर फँलाया जा सकता है। घोल बनानेके बाद पेशाबवाली मिट्टीका और कुकुरमुत्तावाले खादका बचा हिस्सा दूसरे दिन सुबह ढोरोके बिछौने पर छिड़क दिया जाता है। फिर वह सीधे खड्डोंमें डालने और पतली परतोंमें फँलानेके लिजे फावड़ो और पालोके जरिये सारे फर्श परसे अुठाय़ा जाता है। बादमें अँभी हर परतको थोड़ी लकड़ीकी राख, ताजा गोबर, पेशाबकी मिट्टी और कुकुरमुत्तावाले खादके घोलसे अंकमा गीला किया जाता है। ढोरोका सारा बिछौना अुठा लेनेके बाद फर्श पर बिखरा हुआ बारीक कचरा भी झाड़ लिया जाता है, जो खड्डेकी अूपरी सतह पर बिछाया जाता है। सबसे अूपरी परतको पानी छिड़ककर गीला किया जाता है और शामको व दूसरे दिन सुबह और ज्यादा पानी छिड़ककर असे पूरी तरह भिगो दिया जाता है। मिलनेवाले कचरेकी मात्राके मुताबिक अंक सड़ा या अुमका हिस्सा एह दिनमें सिरे तक भर दिया जाना चाहिये। जिनके बाद दूसरा सड़ा या अंक खड्डेका दूसरा हिस्सा किसी तरह भरना शुरू किया जाय। खड्डेको भरते समय कचरेको पावसे दबाना मुकसानदेह होता है, क्योंकि जिनमे हवा अन्दर नहीं जाने पाती।

बारिशमें खड्डे पानीसे भर जाते हैं। जब बारिश शुरू हो तो खड्डोंका कचरा निकाल कर जमीन पर अिकट्ठा कर देना चाहिये, जिससे अुसे अुलट-पुलट करनेका लाभ मिल जाय। बारिशके दिनोंमें ८ फुट x ८ फुट x २ फुटके ढेर जमीन पर लगाकर नया कम्पोस्ट बनाना चाहिये। ये ढेर खड्डोंके बीचकी चौड़ी जगहों पर विलकुल पास पास किये जाने चाहिये, ताकि वे ठंडी हवासे बच सकें।

८. कम्पोस्टको पलटना और अुस पर पानी छिड़कना

सड़ते हुअे कम्पोस्टकी अूपरी सतह पर हर हफ्ते पानीका छिड़काव करके नमी रखी जाती है। खड्डेके भीतर बीच-बीचमें नमी और हवा पहुंचाते रहना जरूरी है, अिसलिये खादको तीन बार पलटना चाहिये। हर पलटके साथ पानीका छिड़काव करना चाहिये, जिससे नमीकी कमी पूरी की जा सके। गीले मौसममें पानीके छिड़कावकी मात्रा कम कर देनी चाहिये या पानी विलकुल न छिड़कना चाहिये। लेकिन जब पहली बार खड्डा भरा जाय या ढेर लगाया जाय, तब तो हर मौसममें पानी छिड़कना ही चाहिये।

९. पहला पलटा — करीब १५ दिन बाद

सारे खड्डेसे अूपरकी न सड़ी हुअी परत निकाल डालिये और अुसे नया खड्डा भरनेके काममें लीजिये। फिर खुली हुअी सतह पर ३० दिनका पुराना कम्पोस्ट फैलाअिये और सिरे पर अितना पानी छिड़किये कि लगभग ६ अिच नीचे तक वह अच्छी तरह गीला हो जाय। पहले पलटके समय खड्डेको लम्बाअीके हिसाबसे दो हिस्सोंमें बांट दिया जाता है और हवाके रखकी तरफके आधे हिस्सेको जैसेका तैसा रहने दिया जाता है। अुसे नहीं छेड़ा जाता। दूसरा आधा हिस्सा अुस पर डाल दिया जाता है (अिसके अिअे लकड़ीका घाम अुठानेका अोजार काम देता है)। कचरेकी अेक परतके बाद दूसरी परत नहीं अुठानी चाहिये, अोजारोंको अिम तरह काममें लेना चाहिये कि जहां तक संभव

हो खट्टेके सिरेसे पेंदे तकका कचरा साथमें निकल सके। पलटे हुअे कचरेकी हर परतको, ओ करीब छह बिच मोटी होगी, पानी छिड़ककर अच्छी तरह भिगोना चाहिये। बारिशमें सारा ढेर पलटा जा सकता है, ताकि अुसकी बूचाजी ज्यादा न बढ़ जाय।

१०. दूसरा पलटा — करीब अेक माह बाद

खट्टेके आधे हिस्सेका कचरा अुसकी खाली बाजूमें औजारसे पलटा दिया जाता है और अुस पर काफी पानी छिड़का जाता है। जिसमें भी मिरेसे पेंदे तकके खादको मिलानेका ध्यान रखना चाहिये।

११. तीसरा पलटा — दो माह बाद

जिसी तरह कम्पोस्ट फावड़ेसे खट्टेके पासकी चौड़ी जगहों पर फैला दिया जाता है और अुस पर पानी छिड़का जाता है। दो सट्टोका खाद बीचकी खुली जगह पर १० फुट चौड़ा और ३।१ फुट अूंचा ढेर बनाकर अच्छी तरह फैलाया जा सकता है। ढेरकी लम्बाजी कितनी भी रखी जा सकती है और जिस तरह बहुतसे ढेर साथ-साथ लगाये जा सकते हैं। अगर सुभीता हो तो खादको पानी छिड़क कर सट्टोंसे गाड़ीमें भरकर सीधे खेतोंमें ले जाया जा सकता है। जिस जमीनमें खादका अुपयोग करना हो, वही अुसका ढेर लगाना चाहिये। जिससे बुवाजीके मौसममें कीमती समय बच सकेगा। सब ढेर बूचे और पपटे सिरवाले होने चाहिये, ताकि वे बहुत ज्यादा सूख न जायें और अुनमें खाद बननेकी प्रक्रिया बन्द न हो जाय।

अच्छा कम्पोस्ट किसी भी समय बढवू नहीं करता और सारा अेकसे रंगका होता है। अगर वह बढवू करे या अुस पर मक्खिया बेंठें, तो समझना चाहिये कि अुसे ज्यादा हवाकी जरूरत है। जिसलिये खट्टेके खादको पलटना चाहिये और अुसमें थोड़ी रास और गोबर मिलाना चाहिये।

हर मामलेमें कचरे, गोबर वगैराको कितनी मात्रा चाहिये, जिसका हिसाब नीचेके आंकड़ोंके आधार पर आसानीसे लगाया जा सकता है :

१२. चालीस ढोरोंके लिये जरूरी मात्रा

छह दिन तक रोज खड़े भरना : गोठानके फर्श पर ढोरोंके विछौनेके लिये बिछाये हुअे कचरेकी और अुसे अुठानेके बाद झाड़ूसे अिकट्ठे किये हुअे बारीक कचरेकी अेक दिनमें खड़ेमें डाली जानेवाली मात्रा — ४० से ५० पाल भर कर कचरा, जिस पर ४ तगारी (१८ अिच व्यासवाली और ६ अिच गहरी) कुकुरमुत्तावाला खाद, १५ तगारी पेशाबवाली मिट्टी और अीघनके रूपमें अुपयोग न किया जानेवाला फाजिल गोबर फैलाया जाय ।

घोल : गोठानके अेक दिनके कचरे वगैराके लिये २० पीपे (चार गैलनके) पानी, ५ तगारी गोबर, १ तगारी राख, १ तगारी पेशाबवाली मिट्टी और २ तगारी कुकुरमुत्तावाला खाद ।

पानी : गोठानके अेक दिनके कचरे वगैराके लिये खड़ा भरते ही ६ पीपे पानी, १० पीपे पानी शामको और ६ पीपे दूसरे दिन सुबह ।

अूपरी सतहका छिड़काव : हर बार २५ पीपे पानी ।

पलटके वक्त पानी : पहले पलटके समय मौसमके मुताबिक ६० से १०० पीपे; दूसरे पलटके समय ४० से ६० पीपे; तीसरे पलटके समय ४० से ८० पीपे ।

कुकुरमुत्तावाला खाद : पहले पलटके वक्त १२ तगारी ।

कोष्ठक

अेक तगारीमें भरी हुअी चीजोंकी मात्रा (दो पसरोंमें) और वजन (पाँडमें) ।

चीज	मात्रा (पसरोंमें)	वजन (पाँडमें)
ताजा गोबर	६ से ७	४०
पेशाबवाली मिट्टी	२० से २१	२२
लकड़ीकी राख	१५	२०
कुकुरमुत्तावाला खाद	५	२०
पहले पलटके लिये खाद	६	२०

कामका समय-पत्रक

दिन	घटनाओं
१	भरना शुरू होता है
६	भरना सशम होता है
१०	कुकुरमुत्ता जमता है
१२	पानीका पहला छिड़काव
१५ } १६ }	पहला पलटा और भैंस माह पुराना कम्पोस्ट मिलाना
२४	पानीका दूसरा छिड़काव
३०-३२	दूसरा पलटा
३८	पानीका तीसरा छिड़काव
४५	" चौथा "
६०	तीसरा पलटा
६७	पानीका पाचवां छिड़काव
७५	" छठा "
९०	काममें लेनेके लिये कम्पोस्ट तैयार

अगर परिस्थितियाँ पूरी तरह अतिदीर्घ-पड़तिसे कम्पोस्ट बनानेमें बाधक हों, तो नीचे लिखे ढगने कुछ अगमें अुसके फायदे भुठाये जा सकते हैं :

कभी तरहका मिला हुआ कचरा दोरोके विछोनेके लिये अुपयोगमें लाया जाय और दूसरे दिन सुबह हटानेके पहले अुस पर अुपर बताया मुताबिक जरूरी मात्रामें गोबर, पेशाबवाली मिट्टी और राख डाली जाय । यह सब कचरा बादमें अुस खेतकी मेढ़ पर ले जाया जाता है, जिममें अुसका अुपयोग करना होता है; या दूसरी किसी सूखी जगह पर ले जाया जाता है और ८ बिच चौड़े और ३ बिच बूचे ढेरोंमें जमा किया जाता है । ढेरोंकी सम्बाधी सुविधाके अनुसार कितनी भी रखी जा सकती है । बारिश शुरू होनेके करीब महीने-भर बाद ही अुन पर कुकुरमुत्ता जम आयगा । अिसके बाद कोभी ऐसा दिन चुनकर, जब

आकाशमें बादल घिरे हों या थोड़ी बारिश हो रही हो, उसे पूरी तरह पलट दिया जाता है। अंक महीने बाद अंक या दो बार फिर उसे पलट देनेसे मौसम खतम होते होते वह सड़ जायगा, वशर्ते कि समय-समय पर अच्छी बारिश होती रहे।

अलवत्ता, खाद तैयार होनेके पहले अंक बरस तक ठहरना जरूरी होगा। अगर बारिश बहुत कम हो तो शायद ज्यादा भी ठहरना पड़े।

अस तरह बना हुआ खाद अन्दौर-पद्धतिसे तैयार किये हुअे खादसे तो घटिया होता है, लेकिन खलिहानोंमें तैयार किये जानेवाले मामूली खादसे हर हालतमें ज्यादा अच्छा होता है। क्योंकि अस तरीकेसे भी कड़ी और सख्त चीजें आसानीसे सड़ाभी जा सकती हैं और गांवकी मौजूदा पद्धतिसे तैयार होनेवाले खादसे कहीं ज्यादा मात्रामें खाद बनता है।

हरिजन, २४-८-'३५; पृ० २१८-१९, २२४

१३

गांवका आहार

पालिश बनाम बिना पालिश किया हुआ चावल

अगर चावल पुरानी पद्धतिसे गांवोंमें ही कूटा जायें, तो उसकी मजदूरी हाथ-कुटाई करनेवाली वहनोंके हाथमें जायगी और चावल खानेवाले लाखों लोगोंको, जिन्हें आज मिलोंके पालिश किये हुअे चावलसे केवल स्टाच मिलता है, हाथ-कुटे चावलसे कुछ पोषक तत्व भी मिलेंगे। चावल पैदा करनेवाले प्रदेशोंमें जहां-तहां जो भयावनी चावलही मिलें सड़ी दिखायी देती हैं उनका कारण मनुष्यता वह अमर्यादित लाभ ही है, जो न तो अपनी वृष्टिके लिये अपने पंचमें जाये हुअे लोगोंके लिये परवाह करता है और न उनके मुखकी। अगर लोकमत शक्ति होता तो वह चावलकी मिलोंके मालिकोंमें अस आपारकी —

जो समूचे राष्ट्रके स्वास्थ्यको खोखला बनाता है और गरीबोंको जीविका कमानेके अनेक बीमानदारी-पूर्ण साधनसे वंचित करता है — बंद करनेका अनुरोध करता और हाथ-कुटाओंके चावलोंके ही उपयोगका आग्रह रखकर चावल कूटनेवाली मिलोंका चलना अशक्य कर देता।

हरिजन २६-१०-'३४; पृ० २९२

गेहूँका चोकरयुक्त आटा

यह तो सभी डॉक्टरोंकी राय है कि बिना चोकरका आटा अतना ही हानिकर है जितना पालिश किया हुआ चावल। बाजारमें जो महीन आटा या मैदा बिकता है उसके मुकाबलेमें घरकी चक्कीका पिसा हुआ बिना चला गेहूँका आटा अच्छा भी होता है और सस्ता भी। सस्ता जिसलिजे होता है कि पिसाओंका पैसा बच जाता है। फिर घरके पिसे हुए आटेका वजन कम नहीं होता। महीन आटे या मैदेमें तेल कम हो जाता है। गेहूँका सबसे पोष्टिक अंश उसके चोकरमें होता है। गेहूँकी भूसी चालकर निकाल डालनेसे उसके पोष्टिक तत्वकी बहुत बड़ी हानि होती है। ग्रामवासी या दूसरे लोग, जो घरकी चक्कीका पिसा आटा बिना चला हुआ खाते हैं, पैसोंके साथ-साथ अपना स्वास्थ्य भी नष्ट होनेसे बचा लेते हैं। आज आटेकी मिलें जो लाखों रुपये कमा रही हैं उस रकमका काफी बड़ा हिस्सा गांवोंमें हाथकी चक्कियाँ फिरसे चलने लगनेसे गांवोंमें ही रहेगा और वह सत्पात्र गरीबोंके बीच बंटता रहेगा।

हरिजनसेवक, ८-३-'३५; पृ० ४७६

गुड़

डॉक्टरोंकी रायके अनुसार गुड़ सफेद चीनीकी अपेक्षा कहीं अधिक पोष्टिक है; और अगर गांववालोंने गुड़ बनाना छोड़ दिया तो उनके बाल-बच्चोंके आहारमें से अनेक जरूरी चीज निकल जायगी। वे खुद शायद गुड़के बिना अपना काम चला सकेंगे, पर

शारीरिक ताकत गुड़के अभावमें निश्चय ही घट जा
गुड़ बनाना जारी रहा और लोगोंने उसका उपयोग
तो ग्रामवासियोंका करोड़ों रुपया उनके पास ही रहे

हरिजनसेवक, ८-२-'३५; पृ० ४७६

हरी पत्तियां

आप खुराक या विटामिनोंके बारेमें लिखी हुअी वि
पुस्तकको अठाकर देखिये, तो आपको पता चलेगा कि अ
साथ थोड़ी मात्रामें विना पकाअी हुअी हरी पत्तिय
खानेकी जोरदार सिफारिश की गयी है। वेशक, अ
धूलको पूरी तरह साफ करनेके लिये अन्हें हमेशा ५-
अच्छी तरह धोना चाहिये। सिर्फ तोड़नेकी थोड़ीसी त
ही ये पत्तियां हर गांवमें मिल सकती हैं। फिर भी अ
ही खानेकी चीज समझा जाता है। हिन्दुस्तानके बहुतसे
दाल और चावल या रोटी और बहुतसी मिर्च पर गुज
शरीरको नुकसान करती है। चूंकि गांवोंका आर्थिक पु
सुधारसे शुरू किया गया है, अिसलिये सादीसे सादी और
खुराकका पता लगाना चाहिये, जो गांववालोंको अ
तन्दुरुस्ती फिरसे पानेमें मदद कर सके। गांववालोंके हर
हरी पत्तियां जुड़ जायं, तो वे अैसी बहुतसी बीमारियोंसे बच
आज वे शिकार बने हुअे हैं। गांववालोंके भोजनमें विट
है। अ
अंग्रेज उत्तिरने मुझे दिल्लीमें कहा था कि हरी पत्ता-भा
टोक अ
और आज देखने जो कुछ पोषण मिलता है अ
पत्ता-भाजियोंने मिल सकेगा। वेशक, अ
न्तानके जंगली धान-आरेमें छिपी हुअी जो वेजुमार हरी प

हैं, जूनके पोषक तत्वोंकी तकनीकवार जांच को जांच और जूनके बाग्यं बड़ी नेत्रनदं पोष को जांच।



मैंने गुरमों, गुआ, छलजम, गाजर, मूली और मटरकी हरी पत्तियां गानी थीं। जिसके अलावा यह कहना घायद ही जल्दी हो कि मूली, छलजम और गाजर कच्ची हस्तमें भी पाये जा सकते हैं। गाजर, मूली और छलजमको या जूनकी पत्तियोंको पकाना पमे और 'बच्चे' जायकेको बरबाद करना है। जिन भाजियोंमें जो विटामिन होते हैं वे पकानेसे पूरे या थोड़े नष्ट हो जाते हैं। मैंने जिनके पकानेको 'बच्चे' जायकेकी बरबादी कहा है, क्योंकि बिना पकाजी हुओ हरी भाजियोंमें जेक साठ कुदरती अच्छा जायका होता है, जो पकानेसे नष्ट हो जाता है।

हरिजन १५-२-३५, पृ० १-२

मनुष्य अपनी दायित्वके सर्वोच्च स्तर पर कार्य कर सके, जिसके लिये जून पूरा पोषण पहुंचानेकी वनस्पति-जगतकी अपार क्षमताकी आधुनिक औषधि-विज्ञानने अभी तक कोभी जांच-पड़ताल नहीं की है। भुजने लो बस मांस या बहुत हुआ तो दूध और दूधसे प्राप्त दूसरे पदार्थोंका ही सहारा पकड़ रहा है। भारतीय चिकित्सकोंका, जो परम्परासे शाकाहारी हैं, यह कतघ्य है कि वे जिस कार्यको पूरा करें। विटामिनोंकी तेजीसे हो रही खोजोंसे और जिस सम्भावनासे कि अधिक महत्त्वके विटामिनोंको सूर्यसे सीधा पाया जा सकता है, जैसा प्रकट होता है कि आहारके क्षेत्रमें जेक बड़ी क्रान्ति होने जा रही है और जूनके विषयमें अभी तक जो स्वीकृत सिद्धान्त चले आ रहे थे तथा औषधि-विज्ञान अभी तक जिन विश्वासोंका पोषण करता आ रहा था, जूनमें शीघ्र ही परिवर्तन होनेवाला है।

यंग विडिया, १८-७-२९; पृ० २३६-३७

शारीरिक ताकत गुड़के अभावमें निश्चय ही घट जायगी। . . . अगर गुड़ बनाना जारी रहा और लोगोंने उसका उपयोग करना न छोड़ा, तो ग्रामवासियोंका करोड़ों रुपया उनके पास ही रहेगा।

हरिजनसेवक, ८-२-३५; पृ० ४७६

हरी पत्तियां

आप खुराक या विटामिनोंके बारेमें लिखी हुअी किसी भी आधुनिक पुस्तकको अठाकर देखिये, तो आपको पता चलेगा कि उसमें हर भोजनके साथ थोड़ी मात्रामें विना पकाअी हुअी हरी पत्तियां या भाजियां खानेकी जोरदार सिफारिश की गयी है। वेशक, उन पर जमी हुअी धूलको पूरी तरह साफ करनेके लिये उन्हें हमेशा ५-६ बार पानीसे अच्छी तरह धोना चाहिये। सिर्फ तोड़नेकी थोड़ीसी तकलीफ अठानेसे ही ये पत्तियां हर गांवमें मिल सकती हैं। फिर भी उन्हें सिर्फ शहरोंकी ही खानेकी चीज समझा जाता है। हिन्दुस्तानके बहुतसे हिस्सोंमें गांववाले दाल और चावल या रोटी और बहुतसी मिर्च पर गुजर करते हैं, जो शरीरको नुकसान करती है। चूंकि गांवोंका आर्थिक पुनर्गठन खुराकके सुधारसे शुरू किया गया है, इसलिये सादीसे सादी और सस्तीसे सस्ती खुराकका पता लगाना चाहिये, जो गांववालोंको उनकी सोंधी हुअी तन्दुरुस्ती फिरसे पानेमें मदद कर सके। गांववालोंके हर भोजनमें अगर हरी पत्तियां जुड़ जायं, तो वे असी बहुतसी बीमारियोंसे बच सकेंगे, जिनके आज वे शिकार बने हुअे हैं। गांववालोंके भोजनमें विटामिनोंकी कमी है। उनमें से बहुतसे विटामिन हरी पत्तियोंसे मिल सकते हैं। जेक प्रसिद्ध अंग्रेज डॉक्टरने मुझे दिल्लीमें कहा था कि हरी पत्ता-भाजियोंका ठीक-ठीक उपयोग खुराक-सम्बन्धी रुढ़ विचारोंमें कान्ति पैदा कर देगा और आज दुनिया जो कुछ पोषण मिलता है अगला बहुतसा हिस्सा हरी पत्ता-भाजियोंसे मिल सकेगा। वेशक, त्रिमका मतलब यह है कि हिन्दुस्तानके अंग्रेजी चान-न्तारमें छिपी हुअी जो येदुमार हरी पत्तियां मिलती

है, जूनके पांचक तत्वोंकी शक्तोंनसार जाय की जाय और जूनके बारोंमें इसी नेह्रतसे पोष की जाय।



मैंने जलवायु, मूला, दलजम, गाजर, मूली और मटरकी हरी सब्जियाँ मानी थी। जिनके मतलब यह कहना चाहिये ही जरूरी हो कि मूली, दलजम और गाजर कच्ची हासतमें भी खाये जा सकते हैं। गाजर, मूली और दलजमको या जूनकी पत्तियोंको पकाना पसंद और 'बच्चे' बापकेको बरबाद करना है। जिन भाजियोंमें जो विटामिन होते हैं वे पकानेसे पूरे या थोड़े नष्ट हो जाते हैं। मैंने जिनके पकानेको 'बच्चे' बापकेको बरबाद कर दिया है, क्योंकि बिना पकायी हुई हरी सब्जियोंमें जेक ग्रास कुहरनी अच्छा जायका होता है, जो पकानेसे खत्म हो जाता है।

इतिवत १५-२-१५; पृ० १-२

मनुष्य अपनी शक्तिके सर्वोच्च स्तर पर कार्य कर सके, जिसके लिये उसे पूरा पोषण पशुबानेकी वनस्पति-जगतकी अपार शक्तताकी बाहुनिक औषधि-विज्ञानने अभी तक कोभी जांच-पड़नाल नहीं की है। पशुने जो सब मांस या बहुत हुआ तो दूध और दूधसे प्राप्त दूधसे तैयार की महारा पकड़ रखा है। भारतीय चिकित्सकोका, जो परम्परा में नाकाहारी है, यह कर्तव्य है कि वे जिस कामको पूरा करें। विज्ञानियोंकी नेजीने हो रही खोजोंमें और जिस सम्भावनामें कि अधिक मनुष्यके विटामिनको सूर्यसे सीधा पाया जा सकता है, ऐसा प्रकट होता है कि आहारके क्षेत्रमें जेक बड़ी क्रान्ति होने जा रही है और मुझे विश्वासमें अभी तक जो स्वीकृत मिद्वान्त चले आ रहे थे तथा औषधि-विज्ञान अभी तक जिन विश्वासोंका पोषण करता आ रहा था, जूनमें भीषण ही परिवर्तन होनेवाला है।

जि विडिया, १८-३-२९, पृ० २३६-३७

सोयाबीनकी खेती

यह याद रखना चाहिये कि सोयाबीन अेक अत्यन्त पोषटिक आहार है। जितने खाद्य-पदार्थोंका हमें पता है, उनमें सोयाबीन सर्वोत्कृष्ट है; क्योंकि उसमें कार्बोहाइड्रेटकी मात्रा कम और क्षारों, प्रोटीन तथा चर्बीकी मात्रा अधिक होती है। उससे मिलनेवाली शक्तिका परिमाण प्रति पाँड २,१०० कैलरी होता है, जब कि गेहूँका १,७५० और चनेका १,५३० होता है। सोयाबीनमें ४० प्रतिशत प्रोटीन और ४.३ प्रतिशत चर्बी तथा अंडेमें १४.८ प्रतिशत प्रोटीन और १०.५ प्रतिशत चर्बी होती है। अतः सोयाबीनको प्रोटीन तथा चर्बीदार सामान्य भोजनके अलावा नहीं खाना चाहिये। गेहूँ और धीकी मात्रा भी कम कर देनी चाहिये और दालको तो अेकदम निकाल देना चाहिये, क्योंकि सोयाबीन खुद ही अेक अत्यन्त पोषटिक दाल है।

हरिजनसेवक, १२-१०-'३५; पृ० २७९

लोग पूछताछ कर रहे हैं कि सोयाबीन कहां मिलती है, कैसे बोयी जाती है और किस-किस रीतिसे पकायी जाती है। मैं बड़ोदा राज्यके फूड सर्वे ऑफिससे प्रकाशित अेक गुजराती पत्रिकाके मुख्य-मुख्य अंशोंका स्वतंत्र अनुवाद नीचे देता हूँ। उसका मूल्य अेक पैसा है।

“सोयाबीनका बीजा अेक फुटसे लेकर सवा फुट तक अूँचा होता है। हरअेक फलीमें ओसतन् तीन दाने होते हैं। इसकी बहुतसी किस्में हैं। सोयाबीन सफेद, पीली, कुछ काली-सी और रंग-विरंगी आदि अनेक तरहकी होती है। पीलीमें प्रोटीन और चर्बीकी मात्रा सबसे अधिक होती है। इस किस्मकी सोयाबीन मांस और अंडेसे अधिक पोषक होती है। चीनी लोग

सोयाबीनको चाबलके साथ खाते हैं। साधारण आटेके साथ जिसका आटा मिलाकर चपातिया भी बना सकते हैं। मिश्रण जिस तरह किया जाय कि अंक हिस्सा सोयाबीनका आटा हो और पाच हिस्से गेहूँका।

“सोयाबीनकी खेतीसे जमीन अच्छी सुपजायू हो जाती है। कारण यह है कि दूसरे पौधोंकी तरह जमीनसे नाइट्रोजन लेनेके बजाय सोयाबीनका पौधा उसे हवासे लेता है और जिस तरह जमीनको जरसोज बनाता है।

“सोयाबीन दरअसल सभी किस्मकी जमीनोंमें पैदा होती है। सबसे ज्यादा वह भूत जमीनमें पनपती है, जो कपास या अनाजकी फसलोंके लिये मर्यादित पड़ती है। नोनिया जमीनमें अगर सोयाबीन बोयी जाय तो वह जमीन सुधर जाती है। ऐसी जमीनमें खाद अधिक देना चाहिये। बिजबिजाया हुआ गोबर, घास, पतिया और गोबरके घूरेका खाद सोयाबीनकी खेतीके लिये बहुत ही मुफीद है।

“सोयाबीनके लिये ऐसी जगह अनुकूल पड़ती है, जो न बहुत गर्म हो न बहुत सर्द। जहाँ ४० डिग्रीसे अधिक गर्मी नहीं होती, वहाँ जिसका पौधा खूब पनपता है। उसे ऐसी जमीनमें नहीं बोना चाहिये, जो पानीसे तर रहती हो। यों आम तौर पर सोयाबीनकी पहली बारिश पड़नेके बाद बोते हैं, पर वह किसी भी मौसममें बोयी जा सकती है। अगर जमीन जल्दी-जल्दी सुखक हो जाती हो, तो सुखक मौसममें हफ्तेमें एक या दो बार उसे पानीकी जरूरत पड़ती है।

“जमीन सबसे अच्छी तो गर्मियोंमें तैयार होती है। उसे खूब अच्छी तरह जोत डाला जाय और भूम पर तेज धूप पड़ने दी जाय। फिर ढेलोको तोड़-तोड़कर मिट्टीको खूब महीन कर दिया जाय।

पड़वड़ा करती है। जिसका कारण यह है कि जिसमें नेलकी मात्रा बहुत अधिक यानी पचास प्रतिशत होती है। मूंगफलीके दानोंको अच्छी तरह साफ करके धुनमें से तेल निकाल लिया जाय, तो जो खली बाकी बचेगी वह मनुष्यके लिये बहुत पोष्टिक आहारका काम देगी और कोबी नुकसान नहीं पहुंचायेगी। मूंगफलीकी खलीका और सोयाबीनका पृथक्करण जिस प्रकार है :

	मूंगफलीकी खली प्रतिशत	सोयाबीन प्रतिशत
आद्रता	८	८
प्रोटीड	४९	४३
कार्बोहाइड्रेट	२४	१९.५
चर्बी	१०	२०
रेना	४	५
खनिज द्रव्य	५	४.५

मूंगफलीकी खली सोयाबीनकी तुलनामें बहुत अच्छी आउरती है। प्रोटीड और खनिज द्रव्य, जो अन्नके आवश्यक तत्व हैं, सोयाबीनकी अपेक्षा मूंगफलीकी खलीमें अधिक होते हैं। 'जेमिनो-जेसिड' के जो आवश्यक तत्व हैं, वे भी सोयाबीनके प्रोटीडसे मूंगफलीके प्रोटीडमें अधिक होते हैं :

प्रचुरी जेमिनो-जेसिड	मूंगफली प्रोटीड प्रतिशत	सोयाबीन प्रोटीड प्रतिशत
टिरोडाइन	५.५	१.८६
जेमिनाइन	१२.५	५.१२
हिस्टीडाइन	१.८८	१.३९
लिसेाइन	५.५०	२.०१
लिस्टाइन	०.८५	—

मूंगफलीकी खली खानेमें अगर पित्त बढ़ता हो, तो उसका अंश 'सोया-बाबी-कार्ब' साथ लेनेसे पित्त बन्द हो जायगा।

और आशा रखें कि जो सच है वह किसी न किसी दिन प्रगट होगा ही। तब तक जिसे हम सच्चा धर्म समझें, उसका अंजान मौका पाकर करते रहें।

प्र० — आप तो मछली खानेवालोंको मछली खिलानेकी बात लिखते हैं? क्या मछली खानेवाला हिंसा नहीं करता? और खिलाने-वाला उसमें भागीदार नहीं बनता?

बु० — दोनोंमें हिंसा भरी है। मांसी खानेवाला भी हिंसा करता है। जगत हिंसामय है। देह धारण करनेका मतलब है हिंसामें दारीक होना। अंसी हालतमें अहिंसा-धर्मका पालन करना है। वह किस तरह किया जाय सो मैं कभी बार बता चुका हूँ। मछली खानेवालेको जबर-दस्ती मछली खानेसे रोकनेमें मछली खानेसे ज्यादा हिंसा है। मछली मारनेवाले, मछली खानेवाले और मछली खिलानेवाले जानते भी नहीं कि वे हिंसा करते हैं। और अगर जानते भी हैं तो उसे लाजिमी समझकर उसमें भाग लेते हैं। लेकिन जबरदस्ती करनेवाला जान-बूझकर हिंसा करता है। बलात्कार अमानुषी कर्म है। जो लोग आपस-आपसमें लड़ते हैं, जो धन कमाते समय आधा-पीछा नहीं सोचते, जो दूसरोंसँ बेगार लेते हैं, जो ठीरो या भबेधियो पर हृदसे ज्यादा धोस लादते हैं और अन्हें लोहेकी या दूसरी किसी आरसे गोदते हैं, वे जानते हुए भी अंसी हिंसा करते हैं जो आसानीसे रोकी जा सकती है। मछली या मांस खानेवालोंको ये चीजें खाने देनेमें जो हिंसा है, उसे मैं हिंसा नहीं मानता। मैं उसे अपना धर्म समझता हूँ। अहिंसा परम धर्म है। हम उसका पूरा-पूरा पालन न कर सके, तो भी उसके स्वरूपको समझकर हिंसासे जितने बच सके बचें।

मूंगफलीकी खलीका स्वाद बहुत अच्छा होता है। और खलीको गरम करके अच्छी तरह बन्द किये हुअे बरतनमें रख दें, तो वह काफी मुद्त तक बंसी ही रह सकती है।

मूंगफलीकी खलीकी मिठाओ और खानेकी दूसरी कओ सामान्य चीजें बन सकती हैं। इसलिये मूंगफलीकी खलीकी उपयोगिता विषयक ज्ञानका प्रचार करनेका प्रयत्न देशमें होना चाहिये। यह गुणमें निश्चित ही सोयाबीनके समान, बल्कि उससे भी बढ़कर है।

हरिजनसेवक, १-२-'३६; पृ० ४०८

१६

आहारमें अहिंसा

प्र० — आप लोगोंसे कहते हैं कि पालिश किये हुअे चावल नहीं खाने चाहिये। लेकिन यह बुराओ तो बहुत गहरी पैठ गयी है। पालिशवाले चावलोंको मल-मलकर धोया जाता है। पकाने पर माड़का सारा पानी, जिसमें सत्त्व होता है, वहा दिया जाता है; क्योंकि आंखोंको और जीभको खिले हुअे चावल खाना अच्छा लगता है। छात्रावासमें भी यही होता है। यह बुराओ कैसे मिटाओ जाय?

अु० — मैं इस बुराओसे अनजान नहीं हूँ। हम गरीब-से-गरीब मुल्कमें रहते हैं, फिर भी हम अपनी बुरी आदतों और नुकसान पहुंचानेवाले स्वादोंको छोड़नेके लिये तैयार नहीं हैं। हमें अपनी ही पड़ी है। दूसरे अपने होते हुअे भी हमें पराये-से मालूम होते हैं। वे मरें या जीयें, हमें उससे क्या? वे मरेंगे तो अपने पापसे; जीयेंगे तो अपने पुण्यसे! मरना-जीना हमारे हाथमें कहाँ है? हम खायें, पीयें और मौज करें, यही हमारा पुण्य है!

जहां धर्मका रूप अितना विकृत हो गया हो, वहां उसका अेक ही अिलाज है। जिसे हम सच्चा धर्म मानते हैं उसका पालन करें

और आशा रखें कि जो सच है वह किसी न किसी दिन प्रगट होगा ही। तब तक जिसे हम सच्चा धर्म समझें, उसका अंशान मोका पाकर रहें।

प्र० — आप तो मछली खानेवालोंको मछली खिलानेकी बात लिखते हैं? क्या मछली खानेवाला हिंसा नहीं करता? और खिलाने-वाला उसमें भागीदार नहीं बनता?

बु० — दोनोंमें हिंसा भरी है। माजी खानेवाला भी हिंसा करता है। जगत हिंसाभय है। देह धारण करनेका मतलब है हिंसामें शरीक होना। अंसी हालतमें अहिंसा-धर्मका पालन करना है। वह किस तरह किया जाय सो मैं कभी बार बता चुका हूँ। मछली खानेवालेको जबर-दस्ती मछली खानेसे रोकनेमें मछली खानेसे ज्यादा हिंसा है। मछली मारनेवाले, मछली खानेवाले और मछली खिलानेवाले जानते भी नहीं कि वे हिंसा करते हैं। और अगर जानते भी हैं तो उसे लाजिमी समझकर उसमें भाग लेते हैं। लेकिन जबरदस्ती करनेवाला जान-बूझकर हिंसा करता है। बलात्कार अमानुषी कर्म है। जो लोग आपस-आपसमें लड़ते हैं, जो घन कमाते समय आया-पीछा नहीं सोचते, जो दूसरोंसे बेगार लेते हैं, जो ठोरी मा मवेशियों पर हृदसे ज्यादा बोझ लादते हैं और उन्हें लोहेकी या दूसरी किसी आरसे गोदते हैं, वे जानते हुअे भी अंसी हिंसा करते हैं जो आसानीसे रोकी जा सकती है। मछली या मास खानेवालोंको ये चीजें खाने देनेमें जो हिंसा है, उसे मैं हिंसा नहीं मानता। मैं उसे अपना धर्म समझता हूँ। अहिंसा परम धर्म है। हम उसका पूरा-पूरा पालन न कर सके, तो भी उसके स्वरूपको समझकर हिंसासे जितने बच सके बचें।

राष्ट्रीय भोजनकी आवश्यकता

राष्ट्रीय भोजन

मेरे खयालसे हमें ऐसी टेब डालनी चाहिये, जिससे अपने प्रान्तके सिवा दूसरे प्रान्तमें प्रचलित भोजन भी हम स्वादसे खा सकें। मैं जानता हूँ कि यह सवाल अतना आसान नहीं है जितना वह दिखायी देता है। मैं जैसे कभी दक्षिण-भारतीयोंको जानता हूँ, जिन्होंने गुजराती भोजन करनेकी आदत डालनेकी बेहद कोशिश की, लेकिन अुसमें कामयाब नहीं हो सके। दूसरी तरफ, गुजरातियोंको दक्षिण-भारतीयोंकी विविधसे बनायी गयी रसोयी पसन्द नहीं आती। बंगालके लोगोंकी वानगियां दूसरे प्रान्तवालोंको आसानीसे नहीं रुचतीं। लेकिन हम प्रान्तीयतासे ऊपर उठकर अपनी रहन-सहनकी आदतोंमें राष्ट्रीय बनना चाहें, तो हमें अपनी भोजन-सम्बन्धी आदतोंमें फर्क करनेके लिये तथा अुनके आदान-प्रदानके लिये तैयार होना पड़ेगा, अपनी रुचियां सादी करनी पड़ेंगी, और ऐसी वानगियां बनाने और खानेका रिवाज डालना पड़ेगा जो स्वास्थ्यप्रद हों और जिन्हें सब लोग निःसंकोच खा सकें। जिसके लिये पहले हमें विविध प्रान्तों, जातियों और समुदायोंके भोजनका सावधानीसे अध्ययन करना होगा। दुर्भाग्यसे या सौभाग्यसे, न सिर्फ हरअेक प्रान्तका अपना विशेष भोजन है, बल्कि अेक ही प्रान्तके विविध समुदायोंकी भोजनकी अपनी अपनी शैलियां भी हैं। जिसलिये राष्ट्रीय कार्यकर्ताओंको चाहिये कि वे विविध प्रान्तोंके भोजनोंका और अुन्हें बनानेकी विधियोंका अध्ययन करें तथा अिन विविध भोजनोंमें पायी जानेवाली ऐसी सामान्य, सादी और सस्ती वानगियां ढुंढ निकालें, जिन्हें सब लोग अपने पाचन-यंत्रको बिगाड़ने का तनरा अुठावे बिना खा सकें। जो भी हो, यह तो स्वीकार करना

हो चाहिये कि विविध प्रान्तों और जातियोंके रीति-रिवाजों और रहन-सहनके तरीकोंका ज्ञान हमारे कार्यकर्ताओंको होना ही चाहिये और बिना ज्ञानका न होना धर्मकी बात मानी जानी चाहिये। . . . जिस कोशिसमें हमारा अहंस्व सामान्य लोगोंके निम्ने कुछ समान बानगियां बूझ निकालनेका होना चाहिये। अगर हमारी निष्ठा हो तो यह आसानीसे हो सकती है। लेकिन भिन्न-गुण बनानेके निम्ने कार्यकर्ताओंको स्वेच्छापूर्वक रसोभी करनेकी कला सीखनी पड़ेगी, विविध भौतनोंके पोषक मूल्योंका अध्ययन करना होगा और आसानीसे बनने-वाली सस्ती बानगियां तय करनी पड़ेगी।

हरिजनसेवक, ५-१-३४, पृ० ४

१८

सैती-सुधारकी भुपयोगी सूचनायें

[नीचेके हिस्से प्रो० जे० सी० कुमारस्वामी टिप्पणियां लिखे गये हैं।]

— प्रो० क० गांधी]
सहकारी समितियां

सहकारी समितियां न केवल शान्तिवादीके विकासके लिये, बल्कि ग्रामवासियोंमें सामूहिक प्रयत्नकी भावना पैदा करनेके लिये भी आदर्श भुपयोगी संस्थायें हैं। मस्ती-परपत्र विदेशी गोप्रायटी अर्थान् अनेक कार्य करनेके लिये बनायी हुयी ग्राम-सहकारी समिति कहीं : काम कभी तरीकोंसे कर सकती है। जैसे कि :

१. भुपयोगीके लिये आवश्यक करना -
जलरतका अनाज संग्रह कर भण्डार है

२. गांवमें पैदा की हुयी

चूकी चीजें आकर बिकने

३. बीज, सुघरे हुअे औजार तथा हड्डी, मांस, मछली, खली और वनस्पति आदिका खाद गांववालोंको बांट सकती है ;

४. अुस प्रदेशके लिअे सांड रख सकती है ;

५. टैग्स अिकट्ठा करने और चुकानेके लिअे गांववालों और सरकारके बीच मध्यस्थ बन सकती है ।

अनाजको अेक जगहसे दूसरी जगह लाने ले जाने और अुसे अुठाने-धरनेमें जो बहुतसा नुकसान होता है और खाद्य वस्तुओंको पहिले अेक केन्द्रीय स्थान पर अिकट्ठा करने व वापस ग्रामवासियोंमें बाँटनेमें जो खर्च होता है, वह सब अेक सहकारी समितिके मारफत काम करनेसे बचाया जा सकता है । सरकार और जनता दोनोंकी दृष्टिसे सहकारी समिति विश्वासपात्र साधन है । यदि अनाज गांवोंमें सहकारी समितियों द्वारा अिकट्ठा करके रखा जा सके, तो गांवके मोहरोंके धेतनका कुछ भाग आसानीसे अनाजके रूपमें दिया जा सकता है । जिससे अनाजके रूपमें लगान वसूल करनेकी अेक बांछनीय पद्धतिको आसानीसे अमलमें लाया जा सकेगा ।

फसलोंकी योजना

फसलकी पैदावार पर निम्न दो बातोंको ध्यानमें रखते हुअे कुछ अंगुश रखना चाहिये : (१) हरअेक गांवको कपात-तनाखू जैसी तिर्र पैसे देनेवाली फसलोंके बदले अपनी जरूरतका अनाज और जीवनकी प्राथमिक जरूरतोंके लिअे अुपयोगी कच्चा माल अुपजानेकी कोशिश करनी चाहिये । (२) अुसे कारखानेके लिअे अुपयोगी मालके बदले आभोद्योगोंके लिअे अुपयोगी कच्चा माल पैदा करनेकी कोशिश करनी

पुष्ट करनेके भुपयोगमें लायी जा सकती है। कारखानेके लिये भुपयोगी रक्षा, उद्यान, मन और बेगी ही अन्य व्यापारिक फलसे बन्द कर देनी चाहिये या भुनकी भावा कमसे कम कर देनी चाहिये। बिमान यह नोटि बनाने लिये लिये बेगी व्यापारिक फलका पर भारी कर लगाना चाहिये या अधिक लगान देना चाहिये, और यह भी वे सरकारने लाभियेन्स देकर ही कर मके, बेगी व्यवस्था हानी चाहिये। बेना करनेसे किसानोंमें व्यापारिक फलकाको तरबोह देनेका भुमाह नहीं रहेगा। कुल धिक्कार बेना होना चाहिये कि गेतीमें पैदा होने-वाली चीजोंकी कीमतें औद्योगिक पैदावारकी कीमतोंके भुकाबले कुछ ज्यादा ही रहें।

व्यापारिक फलसे, जैसे तमासु, मन, गन्ना आदि दाहरी हानि-कारक है। वे मनुष्योंको लाच-गामघो तां कम करती ही हैं, साथ ही पशुओंके लिये घास भी पैदा नहीं होने देती, जो कि भ्रमकी अच्छी फलसे बनने-आप पैदा हो जाता है।

कारखानोंके लिये भुपयोगी गन्नेकी पैदावार घटनेसे मुड़की पैदा-वार कम होगी। भिम कमीकी पूर्ति गजूर या ताड़के पेड़ोंसे, जिनसे बाबकल ठाड़ी मूल्य की जाती है और जो भूमर जमीनमें पैदा होते हैं या जकरतके मुनाबिक पैदा किये जा सकने हैं, मुड़ पैदा करके की जा सकती है। गन्नेकी भेतीके लिये जो सबसे अच्छी जमीन काममें लायी जाती है, भूममें बनाव, फल व शाक-तरकारिया, जिनकी आज भारतको बहुत जरूरत है, पैदा की जा सकती है।

सिचाओ

हर गावके लिये सिचाओकी व्यवस्था करने पर जितना जोर दिया जाय कम है। गेतीकी भुपनिके लिये यह एक बुनियादी चीज है। किसी पर गेतीकी भुपनि निर्भर रहती है। अन्यथा खेती जुकेका फल बनी रहती है। कुंसे मुदवाने, छोटे तालाबोंको बड़े बनाने सिद्धी निकालकर गाफ करने और नहरे मुदवानेके लिये अंक भुद करना चाहिये। आटे और धानकी मिलोमें

अँजिनोंको सरकार पाताल-कुओंसे पानी खींचनेके काममें ले सकती है। पानीकी जरूरी सहूलियतके बिना खाद भी अच्छी तरह नहीं दिया जा सकता, क्योंकि पानीके अभावमें खाद फसलको नुकसान पहुंचाता है।

हरिजनसेवक, १२-५-'४६; पृ० १२७

खाद

कूड़ा-कचरा, हड्डियां और मैला वगैरा जो बेकार चीजें आज गांवकी तन्दुरुस्तीको बिगाड़ रही हैं, वे सब खाद बनानेके काममें आ सकती हैं। इस प्रकारका मिश्र खाद तैयार करना बहुत आसान होता है और वह गायके गोबरके खाद जितना ही काम देता है। हड्डियां और खली, जो आम तौर पर विदेशोंमें भेज दी जाती हैं, गांवके बाहर न जाने दी जायें। गांवमें हड्डियोंको चूनेकी भट्टियोंमें थोड़ी आंच देकर चूनेकी चक्कियोंमें पीस लिया जाय और किसानोंको बांट दिया जाय।

ठेका लेनेवालोंको पहलेसे थोड़ी आर्थिक मदद देकर गांवोंमें ठेकेसे खाद तैयार कराया जाय। इससे न सिर्फ गांवकी स्वच्छता बढ़ेगी, बल्कि मिश्र और सादा खाद बनानेवाले भंगी खाद बेचनेवाले व्यापारियोंका अच्छा दरजा शामिल कर लेंगे।

बादल जमीनका भूप्रवाञ्चन अधिक बढ़ानेकी लम्बी-लम्बी राखे नाम पर खेतीमें रासायनिक खाद दाखिल करनेके बड़े प्रयत्न सहे हैं। दुनियांनरमें बिस तरहके रासायनिक खादोंका जो अनुभव हो है, बुझें यह साफ़ चेतावनी मिलती है कि हमें जिन खादोंको खेतीमें नहीं घुसने देना चाहिये। जिन खादोंसे जमीनका भूप्रवाञ्चन किञ्चा भी प्रकार नहीं बढ़ता। अफ़ीम या धराव जैसी चीजें जिस प्रकार बादमीको नसेमें झूठी शक्ति देनेका आभास कराती हैं, वही धराव ये सब खाद जमीनको भुत्तेजित करके थोड़े समयके लिये राखी फल पैदा कर देते हैं, लेकिन अंतमें जमीनका मारा रस-कस हो लेते हैं। खेतीके लिये अत्यन्त जरूरी माने जानेवाले जीव-जन्तुओंका, जो जमीनमें रहते हैं, ये खाद नाश कर देते हैं। ये रासायनिक खाद पुनर्निर्माण लम्बे समयके बाद खेतीको नुकसान पहुचानेवाले साबित हुए हैं। रासायनिक खादोंके बारेमें जो बड़ी-बड़ी बातें कही जाती हैं, उनके पीछे धून खादोंके कारखानोंके मालिकोंकी अपने मालकी लक्ष्य बढ़ानेकी चिन्ताके सिवा और कुछ नहीं होता; और जमीनको अपने नाम होता है या हानि, अिस बातमें ये मालिक अेकदम ग़ौरवाह होते हैं।

जमीनकी सार-सभास

खादका सप्रह बढ़ानेके साथ जमीनमें पानीके निकामकी वृद्धि घटाना करके और जहा जरूरत हो वहा छोटे-छोटे बाध बाधकर खेतीकी पुलने और कटनेसे बचाया जाय तथा जमीनका भूप्रवाञ्चन बढ़ानेवाले तत्वोंकी रखा की जाय। सारी बातोंका विचार करने पर यह बुनियादी चीज हमारे सामने आती है कि मनुष्यों और पशुपक्षी पापण अन्न और घास-घारेके रूपमें जमीन पर ही आश्रय लेता है। जमीनका भूप्रवाञ्चन घट जाय, तो उसमें पैदा होनेवाली खादोंकी बीजोंके गुण घट जायेंगे और परिणामस्वरूप मनुष्यों पर भुखना अन्नर पड़े बिना नहीं रहेगा।

परत होयी। जिसके बजाय अनाजके बदलेमें या खुसके साथ-साथ फल, शाकभाजी, मूगफली, तिल आदि चीजें खुराकमें ली जायें, तो मुक्ताहारके लिये आवश्यक और स्वास्थ्यको टिकाये रखनेवाले राश्यात्मक तत्व केवल अनाजकी अपेक्षा जिस प्रकारकी खुराककी कम मात्रा में अधिक मिल सकते हैं। और अनाजके बजाय आलू जैसे कंदमूलसे प्रति एकड़ मिलनेवाली कैलरीका प्रमाण भी अधिक होता है। जिस प्रकार हमारी दृष्टिसे मुक्ताहारका दुहरा लाभ है। और खुसमें हमारा खारा सवाल हल हो सकता है। अक तो खुससे प्रति व्यक्ति जमीनकी कम जरूरत होगी; दूसरे दरीरकी बराबर ठन्दुस्त रखनेके लिये खुराकमें त्रिन तत्वोका होना जरूरी है, वे भी ठीक मात्रा में मिल जायेंगे। यह हिसाब लगाया गया है कि आजकल हिन्दुस्तानमें खाद्य-पदार्थोंकी खेतीके लिये जमीनका प्रमाण प्रति व्यक्ति ०.७ एकड़ है। खाद्य-पदार्थोंकी खेतीके लिये जमीनके मौजूदा बंटवारेके अनुसार यह प्रमाण हमारी खुराककी आवश्यकताकी दृष्टिसे बहुत अपर्याप्त मालूम होता है। लेकिन मुक्ताहारके लिये खानेकी जरूरी चीजें प्राप्त करनेकी दृष्टिसे यदि फिरसे खेतीकी व्यवस्था की जाय, तो यही प्रमाण जरूरत ज्यादा मालूम होता है। क्योंकि खुसके लिये प्रति व्यक्ति जरूर जमीनका जो अन्दाज निकाला गया है वह केवल ०.४ एकड़ है किसी स्थानकी ज़ाबादीकी खुराकके लिये (वहाकी जमीनमें) आज तक केवल अनाज पैदा करनेके बजाय वहाकी जमीनका जिस ढंग बटवारा होना चाहिये कि खुसमें मुक्ताहारकी सारी आवश्यक चीजें पैदा की जा सकें। मवालके जिस पहलूकी ज्यादा गहराबीसे जाना होनी चाहिये और खुसके आधार पर एक निश्चित योजना तैयार की जानी चाहिये।

धान और चावल

१. ज़ाबादकोर राज्यकी तरह सारी चावलकी मिट्टी खी जानी चाहिये।

मनुष्यके आहार और पोषण-शास्त्रके विशेषज्ञ तन्दुरुस्तीको खेतीके साथ जोड़ते हैं।

अच्छे बीज

खेतीके सुधारके लिये चुने हुअे और सुधरी हुअी किस्मके बीजोंकी खास जरूरत है। किसानोंको अच्छे बीज पहुंचानेके लिये अेक व्यवस्था-तंत्र खड़ा करनेकी बड़ी जरूरत है। असके लिये सहकारी समितियोंसे बढ़कर दूसरा कोअी साधन नहीं है।

खोजका विषय

खेतीवाड़ीके संबंधमें सारी शोध व्यापारिक फसलोंके बजाय अनाज और ग्रामोद्योगोंके लिये कच्चा माल किस तरह पैदा किया जाय अस बारेमें होनी चाहिये, न कि तम्बाकू जैसी नकद पैसा देनेवाली फसल, कारखानोंके लिये मोटे छिलकेवाले गन्ने तथा लम्बे रेशेवाली कपास जैसा कच्चा माल पैदा करनेके बारेमें।

युक्ताहारके उत्पादनके लिये जमीनका बंटवारा

आजकल आहारके सवालने गंभीर रूप धारण कर लिया है, लेकिन असका तुरन्त कोअी हल निकले अैसा नहीं दीखता। अस सवालके दो पहलू हैं। पहला हरअेक मनुष्यकी खुराकमें आवश्यक कैलरीकी कमीका और दूसरा मनुष्यके शरीरको टिकाये रखनेवाली रक्षाणात्मक खुराककी दीर्घकालीन कमीका। पहला सवाल तो किसी हल हो सकता है, लेकिन दूसरेका हल होना वर्तमान परिस्थिति-मुश्किल है।

आम तौर पर यह मान लिया जाता है कि अेक अेकड़ जमीनमें होनेवाले अनाजसे दूसरे किसी खाद्य पदार्थकी अपेक्षा अधिक कैलरी है। लेकिन अस कैलरीके सवालको अेक ओर रखकर अितना याद रखना चाहिये कि अनाजमें शरीर और स्वास्थ्यको टिकाये रखनेवाले तत्व बहुत कम मिलते हैं। असलिये केवल अनाज खाकर ही अिन तत्वोंको प्राप्त करनेकी बात सोचें, तो हमें अनाजके बहुत बड़े संग्रहकी

पकृत होगी। जिसके बजाय अनाजके बदलेमें या ब्रुसके साद्य-भाष फल, चाकनाबी, भूगफली, तिल आदि चीजें खुराकमें ली जायें, तो मुक्ताहारके लिझे आवश्यक और स्वास्थ्यको टिकायें रखनेवाले रक्षणायक रत्न केवल अनाजकी अपेक्षा जिस प्रकारकी खुराककी कम मात्रामें अधिक मिल सकते हैं। और अनाजके बजाय आलू जैसे कद्दूकसे प्रति अंकड़ मिलनेवाली कैलरीका प्रमाण भी अधिक होगा है। जिस प्रकार हमारी दृष्टिसे मुक्ताहारका दुहरा लाभ है। और भुसमें-हमारा सारा मवाल हल हो सकता है। बेक तो भुससे प्रति व्यक्ति जमीनकी कम जरूरत होगी; दूसरे गरीरको बराबर तन्दुरुस्त रखनेके लिझे खुराकमें जिन तत्वाका होना जरूरी है, वे भी ठीक मात्रामें मिल जायेंगे। यह हिस्सा लगाया गया है कि आजकल हिन्दुस्तानमें खाद्य-पदार्थोंकी खेतीके लायक जमीनका प्रमाण प्रति व्यक्ति ०.७ अंकड़ है। खाद्य-पदार्थोंकी खेतीके लिझे जमीनके मौजूदा बंटवारेके अनुसार यह प्रमाण हमारी खुराककी आवश्यकताकी दृष्टिसे बहुत अपर्याप्त मालूम होता है। लेकिन मुक्ताहारके लिझे खानेकी जरूरी चीजें प्राप्त करनेकी दृष्टिसे यदि फिरसे खेतीकी व्यवस्था की जाय, तो यही प्रमाण जरूरतसे ज्यादा मालूम होता है। क्योंकि भुसके लिझे प्रति व्यक्ति जरूरी जमीनका जो अन्दाज निकाला गया है वह केवल ०.४ अंकड़ है। किसी स्थानकी आबादीकी खुराकके लिझे (वहाकी जमीनमें) आजकी तरह केवल अनाज पैदा करनेके बजाय वहाकी जमीनका जिस ढंगसे बंटवारा होना चाहिये कि भुसमें मुक्ताहारकी सारी आवश्यक चीजें पैदा की जा सकें। मवालके जिस पहलूकी ज्यादा गहराभीसे जांच होनी चाहिये और भुसके आचार पर जेक निश्चित योजना तैयार की जानी चाहिये।

धान और चावल

१. त्रावणकोर राज्यकी तरह सारी चावलकी मिले बन्द कर दी जानी चाहिये।

२. चावलको पालिश करनेवाली सारी यंत्र-चक्कियां बन्द कर दी जानी चाहिये।

३. बिना पालिश किये हुअे या बिना छंटे पूरे चावलमें अधिक पोषण-शक्ति है, यह बात लोगोंको सिखाओ जानी चाहिये और प्रत्यक्ष क्रिया या सिनेमाकी फिल्मों द्वारा अन्हें रांघनेकी रीति सिखाओ जानी चाहिये। चावलको पालिश करनेकी मनाही हो जानी चाहिये या यह निश्चित कर देना चाहिये कि चावलको कितने प्रमाणमें छांटा या पालिश किया जाय; और अुस पर सख्तीसे अमल होना चाहिये।

४. खासकर धानकी खेती करनेवाले प्रदेशोंमें, जहां धानको कूटकर अुसकी भूसी अलग करनेका धंधा औद्योगिक स्तर पर चलता हो, वहां धानको अलग करनेके, साफ करनेके और अैसे ही दूसरे कीमती साधन कारीगरोंके समूहको अुनकी सहकारी समिति द्वारा भाड़ेसे देनेकी व्यवस्था की जानी चाहिये।

५. बिना छंटे या बिना पालिश किये हुअे चावलकी हिमायत करके अुसे लोकप्रिय बनाना है, अिसलिये धानको अेक प्रदेशमें से दूसरे प्रदेशमें लाने-ले जानेकी जरूरत होगी। लेकिन चावलोंकी अपेक्षा भसीवाले धानका वजन अधिक होनेसे अुसे लाने-ले जानेके भाड़ेकी चावलकी कीमत बढ़ न जाय, अिस खयालसे धानके भाड़ेकी रखनी चाहिये।

जिन प्रदेशोंमें धानकी भूसी अलग करने और चावलको १५ अेक ही किस्मके साधनोंसे होता है, वहां धानको कूटकर सी अलग की जाती है। अिसलिये जो चावल निकलते हैं होकर निकलते हैं। अैसे प्रदेशोंमें जिलेवार जो प्रयोग-केन्द्र हों अुनके मारफ्त दूसरे ओजारोंके साथ-साथ धानकी भूसी लेके लकड़ी, पत्थर या मिट्टीकी चक्कियां दाखिल करनी जहां तक बने चावलको पालिश करनेवाले ओजारोंको बढ़ाया जाय; अुलटे अुनकी संख्या पर नियंत्रण रखनेके हेतुमें अुन

पर कुछ कर लगाया जाना चाहिये। साथ ही लाजिमेम लेकर अंम बाजार खनेवाले लोग धावल्को कितना पालिश करते हैं, अिम बात पर भी देखरेख और नियन्त्रण रखना चाहिये। गावकी जरूरतका धान या दूसरा अनाज और बीज गावमें ही संग्रह करके रखे जायें और केवल बचा हुआ हिस्सा ही बाहर भेजा जायें। अिन सब कामांके लिये सबसे अच्छा साधन 'मस्ती-परपञ्च मोमायटी' या अनेक तरहके काम करनेवाली सहकारी समिति ही है।

अनाजका संग्रह

यदि अनाजके संग्रहकी व्यवस्था जहाकी वही कर ली जाय, तो संग्रह करनेकी दोषयुक्त पद्धतिके कारण अनाजकी जो बरबादी होती है वह बन्द हो जायेगी और अनाजको अिधरमे अधर लाने-ले जानेंका खर्च खर्च बच जायगा। बड़े कस्बों या शहरोंमें, जहा अनाजका भारी संग्रह रक्ता होगा, युक्तप्रान्तके मुजफ्फरनगर जैसे मिमैन्टके पक्के गोदाम बनाये जाने चाहिये। जैसे गोदाम या तां बन्नाकी म्युनिसिपैलिटी बनवा सकती है या खानगी व्यक्ति बनवा सकते हैं, और अुम्ह अनाजके संग्रहके लिये भाड़ेसे दे सकते हैं। आजकल त्रिम प्रकार कार-मानोंके बाँयलोंके लिये लाजिमेन्म निकालने पड़ते हैं और अुनकी मनच-समय पर जाच होती रहती है, अुमी प्रकारकी पद्धति अिन गोदामांके शारेमें भी होनी चाहिये। केवल अनाजको गोदाममें रखने या संग्रह करनेकी गलत पद्धतिके कारण ही बहुत बड़ी मात्रामे अनाज बिगड जाता है। अिस बिगाडका कमसे कम कूता गया अुन्दाज पैंतीस लाख टन है और वह हिन्दुस्तानमें चालू वर्षमें अनाजकी जो कमी बतलायी गयी है लनभग अुतना ही है। जीव-जन्तुओं, चूहा, घूस और मीटके कारण जो अनाज बिगड जाता है या सड जाता है, अुमके मूलमें संग्रहकी यह दोषपूर्ण पद्धति ही है। अिम बिगाडमें तरह-तरहकी रिया पैदा होती है और यह बिगाड भी कोअी अंमा-बंमा नहीं वह सारा सवाल हमेशाका सवाल है, और अिसे गभीरतामे

२. चावलको पालिश करनेवाली सारी यंत्र-चक्किय दी जानी चाहिये ।

३. बिना पालिश किये हुअे या बिना छंटे पूरे चाव पोषण-शक्ति है, यह बात लोगोंको सिखाओ जानी चाहिये । क्रिया या सिनेमाकी फिल्मों द्वारा अन्हें रांघनेकी रीति सिखा चाहिये । चावलको पालिश करनेकी मनाही हो जानी चाहिए निश्चित कर देना चाहिये कि चावलको कितने प्रमाणमें पालिश किया जाय; और अुस पर सख्तीसे अमल होना

४. खासकर धानकी खेती करनेवाले प्रदेशोंमें, जहाँ कूटकर अुसकी भूसी अलग करनेका धंधा औद्योगिक स्तर हो, वहाँ धानको अलग करनेके, साफ करनेके और अैसे कीमती साधन कारीगरोंके समूहको अुनकी सहकारी सभा भाड़ेसे देनेकी व्यवस्था की जानी चाहिये ।

५. बिना छंटे या बिना पालिश किये हुअे चावलको

गांधीजीकी महत्त्वपूर्ण पुस्तकें

१. अस्मत्पदा	०.१९
२. अहिंसक समाजवादकी ओर	१.००
३. बारोग्यकी कुंजी	०.४४
४. सादी	२.००
५. गांधीजीकी संक्षिप्त आत्मकथा	०.७५
६. गीताका सन्देश	०.३०
७. गांधीवा	१.५०
८. नयी शालीमकी ओर	१.००
९. पंचायत राज	०.३०
१०. बुनियादी शिक्षा	१.५०
११. मंगल-प्रभात	०.३७
१२. मेरा समाजवाद	०.४०
१३. मेरे सपनोंका भारत	२.५०
१४. दरवाजाके अनुभव	१.००
१५. रामनाम	०.५०
१६. शरीर-धर्म	०.२५
१७. सत्यके प्रयोग अथवा आत्मकथा	१.५०
१८. सन्तति-नियमन : सही मार्ग और गलत मार्ग	०.४०
१९. सर्वोदय	२.००
२०. सहजगरी खेती	०.२०
२१. स्त्रिया और भुनकी समस्याएँ	१.००
२२. हमारे गांवोंका पुनर्निर्माण	१.५०
२३. हरियनसेवकोंके लिखे	०.३७
२४. हिन्द स्वराज्य	०.७०

आरुणचंद्र भट्ट

नवजीवन बुकशॉप, अहमदाबाद-१४

तुरन्त हल करनेकी बड़ी आवश्यकता है। और कुछ नहीं तो कमसे कम आजकल रक्षाके किसी भी प्रकारके साधनोंसे रहित या नाममात्रके साधनोंवाले गोदामोंमें अनाजका जो संग्रह किया जाता है, वह तो अेकदम बन्द कर दिया जाना चाहिये।

जिन गांवोंमें अनाज पैदा होता है वहीं उसका संग्रह किया जाय और कस्बों या शहरोंमें जाकर पुनः गांवोंमें अनाजके वापस लौटनेकी आजकी प्रथा बन्द की जा सके, तो वेशक अनाजके विगड़नेकी बहुत कम संभावना रहेगी। अनाजका संग्रह जहांका वहीं करनेसे काले-बाजारको नष्ट करनेमें, भावोंको स्थिर रखनेमें और गांवोंको शहरोंसे रेशन पानेमें होनेवाली कठिनायी दूर करनेमें बड़ी मदद होगी।

व्यक्तिगत रूपसे अनाजका संग्रह करनेवाले प्रत्येक व्यक्तिको अनाजके संग्रह तथा उसे हिफाजतसे रखनेके तरीके सिखाये जाने चाहिये।

हरिजनसेवक, १९-५-'४६; पृ० १३८-३९

गांधीजीकी महत्त्वपूर्ण पुस्तकें

१. बसुरमता	० १९
२. बहिष्क समाजवादकी ओर	१.००
३. आराम्यकी कुंजी	० ४४
४. खादी	२ ००
५. गांधीजीकी सक्षिप्त आत्मकथा	०.७५
६. गौनाका सन्देश	० ३०
७. गौमैवा	१ ५०
८. नवी तालीमकी ओर	१ ००
९. पचायत राज	० ३०
१०. बुनियादी शिक्षा	१ ५०
११. मंगल-प्रभात	० ३७
१२. मेरा समाजवाद	०.४०
१३. मेरे सपनोंका भारत	२ ५०
१४. गरवडाके अनुभव	१ ००
१५. रामनाम	० ५०
१६. शरीर-धर्म	०.२५
१७. मत्पके प्रयोग अथवा आत्मकथा	१ ५०
१८. सन्तति-नियमन सही मार्ग और गलत मार्ग	०.४०
१९. गर्वोदय	२ ००
२०. सहकारी विती	०.२०
२१. स्त्रिया और भुनकी समझौते	१ ००
२२. हमारे गांधीका पुनर्निर्माण	१ ५०
२३. हरिजनसेवकोंके विषये	० १३
२४. हिन्द स्वराज्य	० ३०

हरिजनसेवकोंके अलग

नवप्रबोधन ट्रस्ट, अहमदाबाद-१४